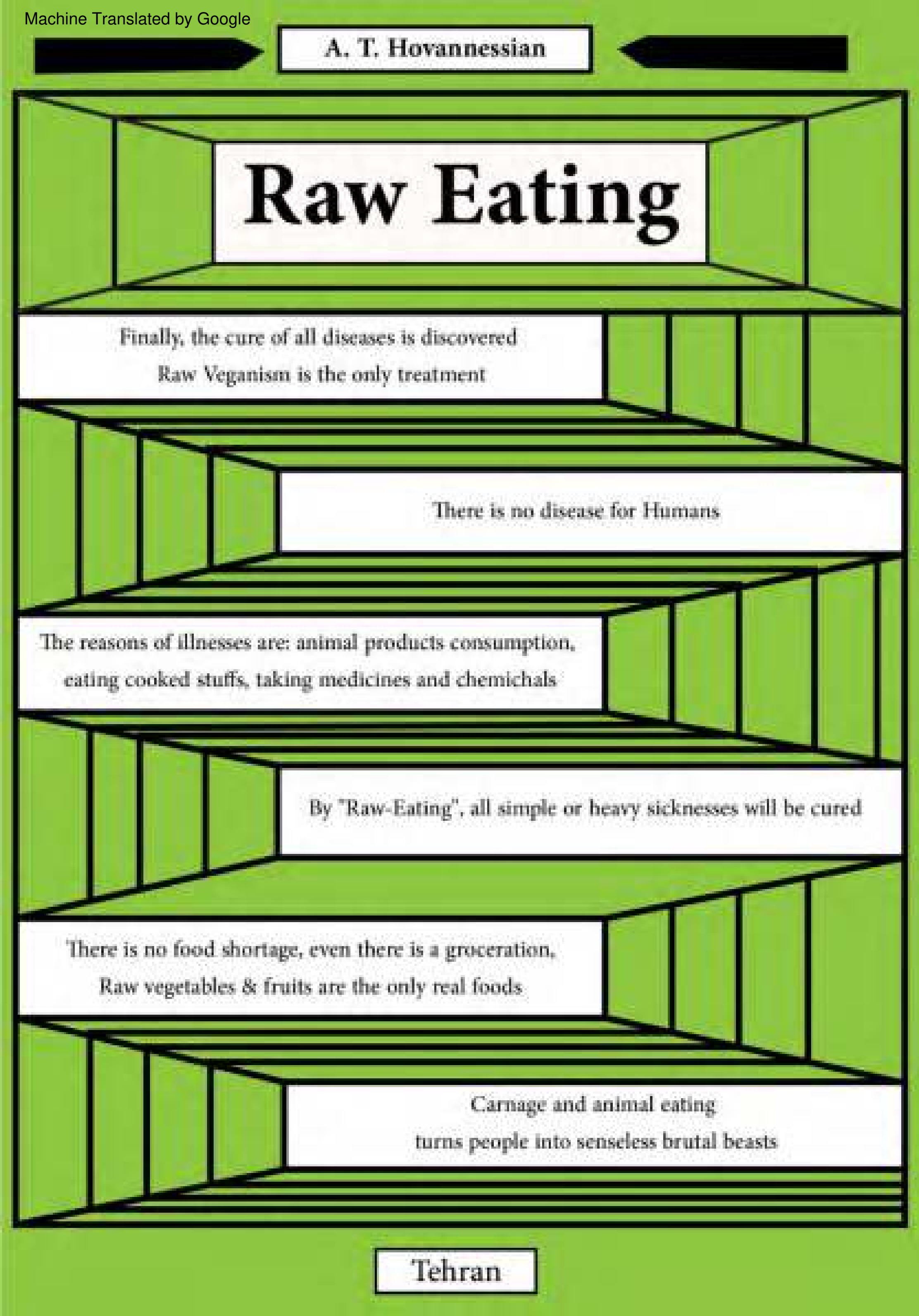

A. T. Hovannessian
Raw Eating
Finally, the cure of all diseases is discovered
Raw Veganism is the only treatment
There is no disease for Humans
The reasons of illnesses are: animal products consumption,
eating cooked stuffs, taking medicines and chemichals
By "Raw-Eating", all simple or heavy sicknesses will be cured
There is no food shortage, even there is a groceration,
Raw vegetables & fruits are the only real foods
Carnage and animal eating
turns people into senseless brutal beasts
Tehran



މި ފޮޓޯގެ މުސްތަޤްބަލު އަރުޝަވިސްޓު ބެރީ ހޯވަންސާސިއަން، ޑުރުޝަބުރުގެއި މަރުވަމުން ދިޔަ...
އެދި ބަލިބައެއް ޗީގެ 19އަހަރު ކުރިން، މިހާރު ރޮ-ވީގެސިޓަލްގެ ސަބަބުން އޭނާގެ ހުރިހާ އުސޫލުތަކުން މެދުން ސަލާމަތްވެ، އުމުރުން 75އަހަރުގައި ޖުލާއީގެ ބާރުގައި މެދުން
ދުވަހަށް ސިއްހަތުއްގައި ހުރި މީހެކެވެ. އޭނާގެ
ކޮންމެ ދުވަހެއްގެ ހަރަކާތެއް މި ދުނިޔޭގެ ހުރިހާ ބަލިތަކާއި އެހެނިހެން ނިކަމެތިކަންތައްތަކާ ކަށްކާވައި ހުށަހަ (މަރާފްފާއިލާ) ކާނާއާއި ކުޑަކަލް މަސްތުވާތަކެއްގައި އެހެނިހެން
މަރުވެފައިވާ މާއްދާތައް ބޭރުކުރުމުގެ ސަބަބުން ދިމާވާ ކަންތައްތަކުން ދުރުހެލި ދަމަހަފިފެވެ.

Machine Translated by Google

އަރުޝަވިރު ބުކް-ހޯވަރުސިޓަން (އޮޓަރާވ)

ހޯ-އީޖީންގ އެލް

ބަލިބަކާއި ނުބައި ކަންތައްތަކާއި ވިހަތަކުން އެއްކިބާވެގެއްވާ އާ ދުނިޔެއެއްގެ

އޮރިޖިނަލް ސްޕެނިޝް ހޯ-އީޖީންގް

ހޯ-އީޖީންގ ގެ ޕްރޮފެޝަން އަކީ އެންމެ މަތިވެރި އަދި...

މި ދުނިޔޭގައި ހުރި އެންމެ އިންސާނީ މަސައްކަތް

ވަރަޝަން: އިނގިރޭސި 3 ވަނަ އެޑިޝަން އިސްވެހުރި ކަންތައްތައް +ފްރެންޗް މ އެޑިޝަން & (1976)

"ކަލަރު އީޖީންގ، އަ ގުޅޭ އެޑިޝަން" (0891) ގެ ނަމުގައި ލިޔުމެއްވާ ފްރެންޗް ފޮތުކޮޅެއް އިނގިރޭސި ބަހަށް

ތަރުޖަމާކުރެވިފައެވެ

ކޮންޓެންޓްސް

Machine Translated by Google

ދުވަހު ބައި

ތިންވަނަ ބައި

2ވަނަ އެޕިސޯޑުގެ މުލައްޚަސް

މި ފޮތުގެ ފުރަތަމަ ބައި ޝާއިޢުކޮށްފައިވަނީ 1963ވަނަ އަހަރު ކޯ-އިޖިންގެ ގެ ނަމުގައި އެވެ. ނިއުޓްރިޝަނާ ބެހޭގޮތުން އަޅުގަނޑުގެ ތަޖުރިބާތަކުގެ ކުރު ޚުލާޞާއެއް ހިމެނޭ އެ ކުއްޖާ ވަޒީފާގައި، ރޯ ކާއެއްޗެހީގެ ގޮތުގައި ކޮންމެ ހިސާބަކުން ގުޅުއްވާ ކަމުގެ މުރާދު ކަމުގެ އަޅުގަނޑު އަތުވެދާނެ އެވެ. އެންމެ ކުރިން ބެލެނިމަ، ގުދުރަތީ ނިއުޓްރިޝަންތަކެއް ގުދުރަތީ މާއްދާތަކަށް ބަދަލުވާ ކަމެއްކަމުގައި ސާފުކުރުމުގެ އާލާތްތަކެއް ހަމައެކަނި ގެންދާތީ ކުރަކުރުގެ އެސިޓިކް ޝްވާސަގެ ކަހަލަ ބަހާނެ ކަމަށް އަޅުގަނޑުމެން ހޯދުމުގެ މަސައްކަތުގައި ބާރު ލިބެއެވެ. ކުރަމަށްބަކައި ހިނގާ ކެމިކަލްތަކަކަށް ވަރުގެ ބެލުމަށް ނޫނީވެސް ގުދުރަތީ ދިމާގޮތަކަށް ނަމާވެސް އަތުރި ބޭނުންކުރާ ކަމުގެ ކަމަށްވެސް ބެލެނިވަރުގެ މަހައްސަލާ ސަބަބުން. އެއްމެ ދާދި މިއަދު ސާފުކުރީ އެކީގެ ގޮތުގައި، ބެލެނިކުރީ މިހާރު މިނިވަން ކުރުމުގެ ބަދަލުގައި، ކަމަކީ ކާނާއާ ވީހާ މަސްއޫލިއްޔަތުގެ މައްސަލަ ބިނާވެގެންވާ މާއްދާ ސަބަބުން އިން އިންސާނުން ގެންދަނީ ގިނަ އަދަދެއްގެ ޕްރޮޓީން ބިލިވަކުރު ކަމަށް.

އެ މައްސަލަ ބޭނުމަކީ ސަޔަންސްވެރިންގެ ކިބައިން ބަލާއިރު، ސާފު ނަޒަރަކުން ބެލުމުން، އަހަރެ ތަފާތު ވަރަށްގިނަ ކަމުގެ ދެކޮޅު ބެހޭ ބޭނުމެއް ނުފެނުނެވެ. ނަމަވެސް މެޑިކަލް ސައިންސާ ގުޅުން ހުރި އިމްތިޙާނު ތަމްރީނު ތަފާތު ތަޖުރިބާތަކުގެ ސަބަބުން ފޮޓޯގްރަފީ ކެމިކަލްތަކާއި، ކެރިން ވިޓަމިންފައިވާ ގިނަ ޒިންކް ޕްރޮޓީންތަކުގެ ސަބަބުން ތަފާތު ގިނަ ބައިތަކާ ބޭނުންކުރިނަމަ މި މައްސަލާ ބޭނުން އިތުރު މައްސަލާތަކެއް ހާމަކުރެއެވެ. އެހެންނަމަވެސް، މިފޮތުގެ ދެވަނަ ބައިގައި، މުދަލުގެ ގިނަ ސައިންސްތަކުގެ މައްސަލަ އިތުރު އަދި މިއަދުގެ ތަޖުރިބާ ބެލެނިވަރު ހިމާޔަތް ކުރެވިފައިވާ ބާބުތަކެއް އެބަހުއްޓެވެ. ހަމައެއާއެކު ފުރަތަމަ ބައިގައި ކުރިކުރި ބައެއް އިސްލާހުތަކާއި ގޮތުގެ ބަދަލުތަކުގައި އިސްލާހު ގެނެވިފައިވެއެވެ. ފޮތުގެ ފުރަތަމަ އެޕިސޯޑުގެ ތަރުތީބުގައި ރޯ ކާއުދުގެ ޒިންކު އަތުރިވެސް އާލާ އިތުރު އަސާސީ މަޢުލޫމާތުތަކެއް؛ މިއަދު މިވަނީ ވަރަށް ގިނަ ފަރުދުންތަކުގައި އަމަލީ ގޮތުން ތަޖުރިބާކޮށްފައެވެ. ކަމަކީ ކާނާއާ ވީހާ މަސްއޫލިއްޔަތުގެ ދުނިޔޭގެ ފަރާތްތަކުން، މުޅި ދުނިޔޭގައި ތިބި އެތައް ހާސް ބޭނުންވާ ބަލާނެ ވަނީ ގިނަ ދުވަސްތަކުގެ ތަފާތު ކެރިހުރި ބެލެނިކަން ދަނެގެން، ސިއްހަތާއި އިމްތިޙާނު ބަލަހައްޓާ ފާހަގަކުރެވޭ ތަފާތު ނިޔަތުގެ އިމްތިޙާނު ލިބިގެންވެއެވެ. ފޮތުގެ ފުރަތަމަ އަޅުގަނޑު މިއަދު ދިރިހުރި މީހުންގެ ފާހަގަ ކުރަން އެތައް ސަބަބުތަކުގެ ތަފާތުން ކަހަލަ ބަލިތަކެއް ދޫކޮށްލައިފިއެވެ.

އާ މެޑިސިން ނޫވަތަ އާލާތްތައް އިތުރު ކުރަނީ، އެ އިތުރު ކަނޑަލުން ކުރުމަށް ނޫވަތަ ސާބިތު ކުރުމަށް ކާބޯތަ މަދު ބޭނުންތަކެއް ފުރަ ކަމަށް ބެލެވިފައެވެ. މިއަދު މުޅި ދުނިޔޭގައި ދިރިއުޅޭ އެތައް ހާސް މީހުންނަށް އުފާވެރި ދިރިއުޅުމެއް ހޯދިދެވިއްޖެއެވެ.

ރޯ ކެއުމަކީ ދުނިޔޭގައި ހުރި ކާނާގެ ބައެއްޗެއްގެ ތަރުމުކުޅޭ ބާރުތަކެއް އިންސާނުން ސަލާމަތްކޮށްދޭ ކަމެކެވެ. ސައިންޓިފިކް ދުނިޔެ
އޭގެ ތެރެ ފަރުވާތަކެއްކަމުން ހެޔޮއެއްވާއިރު، ރޯ ކެއުމުން އަޅުގަނޑުމެން އަނގުމެންނަން ލިބޭ ބޭފުޅު ފައިދާތަކެއް އަނގުމެންނަން
ގަބޫލުކޮށްދިނުމަކީ ވީހާ ފުދޭނެ ކަމެއް ކަމަކު ތަނީގަޅެއް ހިކުރުވިދާނެއެވެ.

މިއަދު އެޖެންޑާތަކުގެ ސަބަބުން ލޮމަރާލާ ލިބުނު ބައިނަލްއަޤްވާމީ ކާނާޖެހުންތަކައް އިންޓިގްރޭޝަންގެ ދުނިޔޭގެ ކާބޯތަކެއްޗާގެ
ދަތިކަމާ ދެކޮޅަށް މަސައްކަތްތަކަށް، މަލާމާތާގެ މައްސަލަތަކާއި ނިމުމެއް ނެތް ތަދުރިކަތް ދައުރާއިރު.

އަޅުގަނޑު އިހުތިމާމް ކުރަން، ހުރިހާ ހަމަ އިންސާނީ އެހީތެރިކަން އަށް އެދުމައި، އެމީހުންގެ މެދުނުކުރެވޭ ވިޔަނަށް
ކުރުމުން، ރޯ ކެއުމުގެ އުސޫލުތައް އަމަލު ޑޮލަރ ތަރުޖަމާ ކުރުމަށް އަވަސް ފިޔަވަޅުތަކާއި އެޅުމަށް ކަމާބެހޭ ފަރާތްތަކަށް ދައުވަތު
އަރުވަމެވެ. ފިޔަވަޅު އަޅަން ވަގުތު ޖެހިއްޖެއެވެ.

ފުރަތަމަ ބައި

ހ އައި ކާންސައިލްގެ ދަ އައިޖާ އޮފް ރޯ-އީޓިންގ

ރޯ ފިޔަން ކާނާއަކީ އިންސާނާ ނަގާ ހަމައެކަނި ނިއުޓްރިޝަނަލް ވަސީލަކަށް ވާން ޖެހޭނެއެވެ.
ކެއްކާފައި ހުންނަ ކާއެއްޗެހި ކެއުމުގެ އާދަ މިދުނިޔޭގައި އެއްގަމަށް ދުވާލަކަށް ޖެހެއެވެ. މިއީ ގުދުރަތުގެ ގޮތެއް ނަމޭ ޖާނަށެވެ.
ކެއްކާފައި ހުންނަ ކާނާ ކެއުމަކީ އިންސާނުންގެ ތަރިހުގައި ހިނގާފައިވާ އެންމެ ބިރުވެރި ފަލު ޖެހިލާނެ ތަކެތި، އެއްވެސް މީހަކު ނޯނެކޭ
ހިވާ އަދި އެންމެން ފަސް ހާސް އަހަރު ކުރިން ޝިޔާރަވެރިވި ވާ ބާރުގަދަ ބާރުލެވެ. ބައެއް މީހުންނަށް ކިބައިން ބާރަށް ހީވާފަދަ ޒިޔާނާ
ހިފިދާނެ، އެއީ އަޅުގަނޑުމެންނަށް އެއްބަސް ނުވެވޭނެ މުޅިން ހަމަޖެހޭތޯވެ.

މި ހަމަގައިވެސް އަހަރެންނަށް ހާމަވެގެން ދިޔައީ، 18 އަހަރު ވަންދެން ފަރުވާތެރިކަމާއެކު ދިރާސާކުރުން ބަހައްޓަ ކުރުމަށްފަހު،
އަހަރެންގެ 10-
އަހަރުގެ ފިރިހެން ދަރިފުޅާއި 14 އަހަރުގެ އަންހެން ދަރިފުޅު ޖެހުނު ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާގެ ސަބަބުންނެވެ. ޑާރިސް، ޑޮރާންސް،
ޖެރުމަން އަދި ސްވިޒަލޭންޑްގައި އެމީހުންގެ ޖަރާސީމުތަކުގައި ވަކި ބައްޔެއް ހުރުމަން ކުރި އެއީއެއީ މަސައްކަތްތަކާއި އޭގެ ފަހުން އިތުރު
ފަރުވާއެއް ދިނުމުން ވެސް ބޭނުން އިއްސާއަށް އޮތެވެ. އަހަރެންގެ ދަރިން މަރުވި ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާ ދިނުމާއި ވަރަ ބޭސްތަކުގެ
ސަބަބުން މަޖުބޫރުން ފެފެވެ، ހުރިހާ ގޮނޑަސްތަކެއް ބޭކާރުވުމުންނެވެ.

އަފްގާނިސްތާން މުޖާހިދުން ސައިންސްގެ ސިއްރުތަކުގެ ތެރެއަށް ވަދެ، އޭގެ ރަނގަޅު ނުރަނގަޅު ކަންތައްތައް އިތުރަށް ސާފުކޮށް ފާހަގަކުރެވިފައިވެސް، ޗާޕްޓަރަކަން ވުމުގެ ނުވަތަ މާލީ ފައިދާއެއް ހޯދުމުގެ އުންމީދުން އަފްގާނިސްތާން އިންސްޓިޓިއުޓަށް ނުވާތީއެވެ. އަހަރެންގެ އިންސްޓިންކްޓް ވެފައިވަނީ ފުރަތަމަ ކަމަކަށް އަހަރެންގެ ލޯބިވާ ދަރިންގެ ސިއްހަތު ރަނގަޅު ކުރުމަށް ކުރެވުން އޮތް ޒިޔާ މަސައްކަތެއް ކުރުމުގެ އެދުމާއި، ޖަހާން އިންސާނިއްޔަތަށް ބޭނުންތެރި ވަގުތެއް އުމުރުންގެ ދަރަޖައިގެ ހުރިހާ އެދުމެވެ.

އަފްގާނިސްތާން ރަނގަޅަން ދިރާސާކުރުން ވުމަން މަދުވެރިވި އަށުން ކަމެއްކަމެވެ

ދޭކަވް ސައިންސްގެ އުނިކަންތަކާއި، ތައުލީމީ ފްރޭމްވޯކްގެ ބެރަތަކުން މިނިވަންވެ، އަމިއްލައަށް ތަޖުރިބާކުރުމުގެ ...

Machine Translated by Google

ކޮންމެ ފޮޓޯގްރާފެއްވެސް ބަނދަރަކަށް ހިންގުމަކީ އިންޖިނިއަރ ކަނޑައަޅާ ހުރިހާ ރޯ މެޓީރިއަލްސް އެއްގޮތަކަށް ފޯރުކޮށްދިނުމުގެ

އަލިފާން ހޯދުމާ ހަމައަށް، ޖަނަވާރުތަކުގެ ބާޔާ ބައިތަކާއެކު، އިންސާނާ ތަރައްޤީވެ، އޭނާގެ އިވޮލިއުޝަން ކުރިއަށް ގެންގޮސްފައިވާ ގޮތުގައި، ތޯ ކާނާ ބޭނުންކޮށްގެންނެވެ. އެކަމަކު އަލިފާން ފެނުން ފަހުން، މާބޮޑު ވިސްނުމުގެ ނަތީ، ފުރިހުނުން ވަކި ގޮތުގައި ކާނާ އަލިފާނަށް އަރައި، އެތަކެތީގެ މުހިންމު މާއްދާތައް ހަލާކުކޮށް، އެ މާއްދާތައް ދަށްދަރަޖައަށް ގެނެސް، ދެން އެތަކެތީން ހަރުގަނޑެއް ކާނާ ފޯރުކޮށްދިނީ އެވެ. ސިޔާ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން މިއަދު ހުރިހާ އިންސާނުންނަށް ތަޣައްމަލް ކުރަމުންދާ ހުރިހާ ބަލިތަކެއްގެ ނަތީޖާއަކަށް ވެއްޖެއެވެ.

އިންސާނާގެ ޖަރާސީމުގެ ގުދުރަތުގެ މުދުކަނޑުމުންނި ކުރާ މަސައްކަތުން ބިނާކޮށްފައިވާ ދިރިހުރި ފޮޓޯގްރާފެކެވެ. ހަމައެއާއެކު، މި ފޮޓޯގްރަ ބިނާކުރުމާއެކު، އަޑުގަދަކުރުމުގެ އަޖައިބުކުރުވަނިވި ޖަލިޤައިމުން އިރުގެ ރޯތަކުގެ ބޮނޑުން ހިފައިގެން، އަޑުގަދަކުރުމުގެ ޖަރާސީމުގެ އެތައް ހާސް މުއްސަނދި އޮޕަރޭޝަންތަކެއް ކުރެވޭނެގޮތަށް ކުރުމަކާއި، އެއާ ގުޅޭ އަޑުއަރުވާލުމުގެ ކަނަވަރުކުރުމަށް ބޭނުންވާ ހުރިހާ ތަ ފޮޓޯގްރާފީއާއި ތަރައްޤީކޮށްފައިވެއެވެ. މިގޮތުން އިސްކުރުން ގުދުރަތުން އެ ތަ ފޮޓޯގްރާފީގައި މުޅި ފުރިހަމަކަމާއި އެތަކެތީގެ އޭގެ މާއްދާތަކުގެ ކުރުއްސުން އެއްބައިވަންތަކަމުގައި ބަލައިގަނެވިފައިވާ ކާމިލް ކުދިކުދި ދަނޑިއެއްގައި، އަނބުރާ ބޮޑުއެއްގައި ނުވަތަ ގަހެއްގެ ފެތެއްގައެވެ. ވަކިވަކިން ނަގާ ކޮންމެ "ކުޑަ" ކާނާއެއްގައި ވެސް އިންސާނާ ފަދަ އުފެއްދުމުގެ ދިރުމާ ޖަރާސީމު ދިރިހުރުމަކަން ބޭނުންވާ ހުރިހާ ކަމެއް ހިމެނެއެވެ.

މާއްދީ ދުނިޔޭގައި ތަފްސީލުތަކުން އެންމެ ކުޑަމިނުން އެއްޔާބާވުމެވެ

ފޮޓޯގްރާފީގެ މުޤައްދިމާގެ އޮޕަރޭޝަންތަކާއެކު މަސައްކަތްކުރުމަށް އިންޖިނިއަރުކޮށް އުފެއްދުމާއި ތަކެތި، ސިފަތަކާ އެއްގޮތް އަޅުގަނޑުމެންނަށް ކަނަވަރުކުރުމަށްބަލައި ކަނޑައަޅައިދޭ ގޮތް ފޮޓޯގްރާފީ ފޯމުލާ ހުރުމަކީ، ފުލާރޭޝަން ހިންގުމުގައި އެއް ގޮތް ބޮޑުކަމަށް އެއްގަމަށް ބަލާއިރު ހަމައެއާއެކު. ހަމައެކަހަލައިން އިންސާނާގެ ޖަރާސީމުގެ މުއްސަނދި ފުރުސަތެއް ތަފާސް މުޤައްދިމާގެ ހިނގާކަން ކަނޑައަޅާކަމުގެ ގުދުރަތުން ކަނޑައަޅާފައިވާ ތޯ ފޮޓޯގްރާފީތަކުން ކުރެވޭނެ އެއްޗެއް ނޫނަސް ބަދަލުކޮށް އަޅުގަނޑުމެން އަޅުގަނޑުމެންގެ ގުދުރަތުގެ އާއްމު ބާރުވެރިކަމާ ފޮޓޯކެމިސްޓްރީގައި އުދަނގޫ އުދަނގޫތައް އޮޅުނު މި އުދަނގޫތައް ފެންނަނީ ބަލިތަކުގެ ސިފައިގައެވެ.

އިންސާނާ އެކާގެ ޖަރާސީމު އާންމު ގޮތެއްގައި ހިންގުމަށްޓަކައި ގުދުރަތުން ކަސްޖެހެއްވާފައިވާ ފުރިހަމަ ބޮޑެންސްޓެ ޓާ މޭޗިރެލްސް ސަރަޙައްދުގައި ނުވަތަ ޖީނޯސްޓިކްޓަރުމުގައި ބޯސްނަލްޓާ އިޔުއީ ޑޮކްޓަރާ ވިސްނުމެއް ނޫނެވެ. އެކަމަށްޓަކައި ތަޖުރިބާ އިންސާނާ ވަނީ ޝައިޖާނީ ފްލެކްސިބިލިޓީއާއި، އަވަސްކަމާއި، އުސްދުރުންތަކާއި، ބަދިގެތެރެ އީޖާދުކާރުންފައެވެ. ގުދުރަތީ ކާނާގެ ފެންވަރު ދަނޑުވާ ކޮންމެ ފަހަރަކު އެގޭ ފަހުން އިންސާނާގެ ޖަރާސީމުގައި އެއް މެޓާ ޖެނެރޭޝަނެއް އުފެދެއެވެ. ގުދުރަތީ ނިއުޓްރިޝަންގެ ސަޕޯޓުން އަޑުގަނޑުފުޅުގެ ޖަރާސީމުގެ އާދައިގެ އޮޕަރޭޝަން، ކަނަވަރުޓްރޯލްތަކުގައި، ގުދުރަތީ ނޫން ނިއުޓްރިޝަންގެ ފުރުން އެކަ ވެޖިޓޭބަލް އެދުއްވާ ހިފާފައި ޖެނެޓިކް ފެއިލްވުން. ބަލިތަކަށް ޑިސަރޑާސް، ގުދުރަތީ ކާނާގެ މާއްދާތަކުގައި ހުންނަ ޖީނީޓްރާންސްފޯމޭޝަން ނިޒާމަކަށް ނިޔާގެން ފާހަގަ ކުރެވޭއެވެ.

އެގޭ ހުރިހާ ބޭނުންތަކެއް ގުދުރަތުގެ ޕާރުނުމެތަކުން ފެށުމުގައި ޝަރުޠު، ދިޔައިރުއާތީގެ...
ޖަނަވާރުތަކުގެ ތަރައްގީއި އާންމު ފުރިހަމަ ޖަރާސީމު ކަމަނުވާ އިންސާނީ ޖަރާސީމުތަކު މަދުވެގެން 150 އަހަރުން ފުރިގެން ދިނަވެގެން 200-250 އަހަރާ ދެމެދުގެ މުއްދަތަކަށް ރަނގަޅު ސިއްހަތެއްގައި އުޅެވޭނެ އެއްޗެކެވެ. ކަމެއް ކާނާ އިންސާނާގެ ގިނަވަންތަކަށް އާންމު ކަޑަސިކީގެ އެތައް ގިނައެއް މަސައްކަތް ކުރަން މަޖުބޫރުވެ، ވަގުތުން ވަރުބަލިވެ، އަދި ބަލިތައް ކުރިމަތިވެ، އިންސާނާގެ އުމުރު އާންމު މުއްދަތުގެ ކުރީ އިންސާނުތަކަށް ކުރުކޮށްދެއެވެ. މިހާރު އިލްމީ ކުރިއެރުން ލިބިފައިވާ ޒަމާނުގައި އިންސާނާއަށް ހުރިހާ ބަލިތަކުން ސަލާމަތްވުމުގެ ކަމާބެހޭ ހަނދާ ކާނާއިން މިލިން ދެރުހަލިވެ، ދެން އެކާގެ ހަކަތަތައް ޒަހަރުތަކުގެ ހަމައެކަނި ދިމާ އުމުރުގެ މައްސަލަތައް ދިރާސާކުރަމުންނެވެ.

ހަމައެއާއެކު ގުދުރަތީ ކާނާއާއެކު އިންސާނާއަށް ވެސް އެކާގެ ގުދުރަތީ ބޭނުންތަކުގެ ބާވަ ހުރި ކަންތައްތައް ފުރިހަމަވާކަން ޔަގީން ކުރަން ޖެހޭ އެވެ. އެއީ ސާފު ވައި، އަވަހަށް ނިދުމާއި، އަވަހަށް ތެދުވުމާއި، ޖިސްމާނީ މަސައްކަތްތަކާއި، އާޖެނާޓިވް ހުސްކުރުމުން ދުރުހެލިވުމާއި، ސާފުތާހިރުކަމާއި، މިންނިވިފަސް ކަންކަމެވެ.

ސީދާ އަދި ނުސީދާ ނިއުޓްރިޝަނަލް ބަލިތައް

ނިއުޓްރިޝަނަލް ބަލިތައް މައިގަނޑު ދެ ބައިކަށް ބައާލުވުމުގައި ފައެވެ: ސީދާ އަދި ނުސީދާ ބަލިތަކެވެ. ސީދާ ނިއުޓްރިޝަނަލް ބަލިތަކަކީ ވަކި ނިއުޓްރިޝަނަލް މާއްދާތަކެއް ގިނަވުމުން ނުވަތަ އެހެން މާއްދާތަކެއް މަދުވުމުން ދިމާވާ ބަލިތަކެވެ. އަނެއްކާ ޖަނަވާރުތަކުގެ ކާނާގެ އަސަރު ކާނާގައި ހިމެނޭ ޕްރޮޓީންތަކާއި ސަލްފޭ ކެމިކަލްސް، ހަމަ އެއާއެކު ނިއުޓްރިޝަނަލް ފެލިފިއުލް ބޭނުންވާ ކުޑަ މާއްދާގެ ނަމްބަރު އެއް. ސައިންސުން މިހާތަނަށް ދެނަގަނޑު ނިޒާމަނީ މާއްދާތަކުގެ ތަރުހީން ކަނޑައެޅުނު މާއްދާތަކަށް ކަމަނާއި، މިހާ ވިޔަފާރިކުރާނެ ގާވިއްދުއިގެ ދަރުމަން ހުރި ނަންތަކެއް ނަމޫނާތަކެއް ކަމަށް ވެސް ވިދާޅުވިއެވެ

ވޭޖޫރުގައި ނުހުރެވޭނެއެވެ. ސިޔާ ނިއުޓްރިޝަނަލް ބަލިތަކުގެ ތެރޭގައި ހިމަނަން ޖެހޭނީ ހުރިހާ ކެންސަރެއް ޖީނެޓިކަލް އާއި
ޖެނެޓިކް ސިސްޓަމްތަކެވެ. ބަލިތައް އުފެދުނީ އިންޑިވިޖުއަލް މެޓަބޮލިޒަމް ސިސްޓަމްތަކުންނެވެ. ބަލި އަންގާ ފަދަ މެޓަބޮލިޒަމް ނުވަތަ،
މެޓަބޮލިކް ބަލިތަކުގެ މެކޭނިޒަމް ހުށަހެޅުމުގެ ހަރަކާތްތައް ހިނގާފައި، އެ ފަދަ ފަރާތުން އަމިއްލަ ނުވަތަ ނުލާހިކު ސިއްރެއް ވެސް ބޮޑުވާނެއެވެ. ފާރަސްއަރާ
އަދި މުސްކުޅި ފުރާވަރު ވަގުތުތަކުގައި، ބަލިތަކުގެ ޓްރޮޕިކަލް ބަޔޮލޮޖީ ކަމުގެ ކަންތައްތަކަށް ބާރުލިބިއްޖެ ޕްރޮޓީން ފަރާތްތަކަށް
އަލުން ޖިސްމުގެ ނުފޫޒުރުވުމަށް ބަލި ނުވާނެއެވެ؛ އެގޮތުގައި އެކަން ފައިދާކުރާ ވިސްނާލުމަކީ ދެމެހެއްޓުން ނުރައްކާތެރިއެވެ.

ނަސީޙަތް ހަދަމުން ބޮޑުވާ ބަލިތަކުގެ ކުރިއަރާ ބަލިތަކެވެ. އިންސާނުގެ ޖިސްމުގެ އަންމުހާން ދިރިއުޅުން އާންމު
ހާލަތުގައި ޖިސްމުގެ ބައިންތަކުގެ ހިނދުމާއި ފުރިހަމަކަން ނުވަތަ އަދި ހާލަތު (ތަފާތު މުޅިހާލަތުގައި) އިންސާނުގެ ސިފަތަކުގެ ކަންބޮޑުވުން
ދެނެގަތުމާ ތަފާތު ގިނަ މައިލްޑްބަލިތަކެވެ. އެކަމަކު މުޅި ނިއުޓްރިޝަނުގެ ސަބަބުން ޖީނެޓިކްވެލިދީވާ އަދި ފަރުވާދިނުމާ ސިފަތައް
އެއާ ބަލިކަނޑު، ދިރިހުރުމުގެ ކުޑަކުދިންގެ ދަރަނި އެ މައިލްޑްބަލިތަކަށް ބޮޑު ގޮތެއް، އެސިފަތަކުގެ ކަންބޮޑުވުން މިނިވަން، އަދިހުނުގެ
ފެނުނު ދަށްކަން ބައިވެރިވި، ޖީނެޓިކްގެ، ބަލިޖެހޭ ބަލިތައް އެހާ ތަނބަލަކަން މުޅިފެނުނު- އަޅުގަނޑުމެންނަށް އެނގޭ.

ބަޔަށް ފެށުނު ސިއްޙަތު ތަނބަލު ޖީނެޓިކްގެ ފަރާތުގައި ދަތިފުޅުވާ ނުޖެހޭ ދަތިފުޅުވާރކުމް ކުރިމަތިވެ، އަޅުގަނޑާ ނަފްސާނީ ޚާއިރާ، ހަމަތިރީ
މައިލްޑްބަލިތަކުގެ ވަރުގަދަ ފަށާކުރަން، ފަތުވަރުއްވާ ޖީނެޓިކްގެ އެހެން ދަތިފުޅުވާރކުމް ނުފެނި، އެހެން ވަކި އިންފެކްޝަނެއް
ކުރިމަތިވެއެވެ.

އަޅުގަނޑުގެ އަދިހުނުއާ ފާރާގެ ދެވަނަ ޖީނެޓިކްގައި، އިންފެކްޝަން ބަލިތަކުގެ މަދަނީމަގެއް ބޯޖެ ޖާގައެއް ހުއްޓާނުގައިވާއިރު،
އެކަން ބެލުމަށްޓަކައި، "ފެނުނުފެނުނު ފަރާތް އަނބުރާ އަދިވެސް ދަ ފެނުނުގެ ނަފުސާނީ ބިރުވެރިކަން ޖީނެޓިކް" ގެ ބާރިޒީކުރާގެ ފުރަތަމަ ޖީނެޓިކްގެ
ވަކި ބައިބަޔަށް އަޅުގަނޑުގެ ތަރުޖަމާކޮށްފައިވާ Soviet scientist IV Davydovsky, published in 1956. ގެބޭނުންކުރާ އެޅުއް ހިފައިގަތުމުގެ އަދިގައި މިއުޅުނު ޓެކްސާސް ބަޔޮލޮޖީ the eminent ޖެނެޓިކްއާއި ބަލިތައް ޖީނެޓިކް ކުރިމަ
ހުރު މައިލްޑްބަލިތައް ނަތީޖާ ކުރަމުން، ހަމަގައި ދަރަނި ހަލާކު، އެހެ ބޮޑު ދަރަނިތައް ކުރަމުން އިރުއިނދުނޑ. އެކަމަކު ހިތާމައަކީ، ކުރަމާ
ކާކުރަން އެއްގޮތަށް ހުރިހާ މުހިއްމު ފަދައިން، ގެތިބަލިތަކުގެ، އަޅުގަނޑުމެންނަށް މެއް، އަޅުގަނޑުމެން އެ ދިޔައީ ބޮޑު އަލުން ގޮތައިދާ ޖެހޭ
ނުވަތަ، އެއަށްވުރެ ބޮޑުތަކެއް، އެހެ ދަރަނިތައް ހުއްޓާނުގެ ޖެހޭ ކިޔައިދީން ނޫނެއްކަމެވެ.

މައިކްރޯބްތަކުގެ ބިރުވެރިކަމުން ފިރިހެނުން ބިރުގަންފުޅާ ވަރަކަށް އެކަމުން ސަލާމަތްވުމަށްޓަކައި އެންމެ ނުރައްކާތެރި ފިޔަވަޅުތަކަށް ރިޢާޔަތްކުރުން އަދިވެސް މުހިން އިދިކޮޅު ނަތީޖާތަކެއް ލިބެއެވެ. މައިކްރޯބްތަކުން ސަލާމަތްވުމަށްޓަކައި ރޭ ކާނާ ކައްކާލުމަކީ ލޮޖިކަލް ސައިންސްގައި ހުރި އެންމެ ބަޑިޕިރުގެ އަދު ގޮތެވެ.

އަޅުގަނޑުމެންނަށް ބިމުގެ މައިކްރޯބްތަކަށް ނުއެނގޭފަދަކަން ނެތެވެ. އެއީ ކޮންމެ ތަނަކުންވެސް ފެންނަ އެއްޗެހި، އަބަދުވެސް ދުވަސް އެއްޗެހި ކަމަށާއި، އެބައިން ގޮތަކުން އަޅުގަނޑުމެންގެ ޖިސްމުގައި ވަރަށް ވަރަށް އެއްޗެހި ކަމަށް ވެސް ވިސްނާލުވި އެވެ. ހާއް ބަކްޓީރިއާ، އަޅުގަނޑުމެންގެ ކާނާ ކައްކައިގެން އަޅުގަނޑުމެން އެންމެ ފުރަތަމަ އަޅުގަނޑުމެންގެ ސެލްތަކުގެ ދިރުމާއި ބާރު ބަލިކަށިކަން، ދެން އަޅުގަނޑުމެންގެ ކާނާގެ ތެރޭގައި މައިކްރޯބަކާ ދުލާހަށް ހަނދުމަކުރާ ކުރުމަށް ގޮތުގަތުން ކަނޑައެޅިފައިވާ އެ ގޮތުގައި އެންޓިބަޔޮޓިކް ނަށް ބޭނުންކުރެވެ. ކައްކާ ކާނާއަށް އެޅުއްވުމަށްފަހު ޖާއިޒު ފަތުގެ ފެސް ކަނަވަރުކާތްތަކާ އަލިފާންގަނޑުގައި ހަދާލާވާ ދީނަ ފިބަމުންތަކަށް ބެކްޓީރިއާގެ ސިފަތަކާއި ހުސްނަ ފިބަމުންތަކެއްވެ. ކޮނި އުފެދި ޖަނަވާރުތަކާއި ކާނާ ހުދާ ޖަނަވާރުތަކަށް އިންސާނާ ފުދައިން ފަތުރާ ބަލިތަކުގެ ގޮތުގައި ބަލިމަޖެހިފައިވާ އަހާ ފަސޭހައިން ޖެހޭ ސަބަބު ނުނެވެ.

ކެންސަރު ޝިފާ އަދި ޖީނޯމްސަރޗްގެ ޖެނެޓިކް އިންޖިނިއަރިންގެ އެވް
ކާމިޔާބީ

ކައިކާ ކާނާ ކައްކުމަށް ފިނި ބަރަވު ގަބޫލުކުރާ ގޮތުގައި އިންސާނާ ގަރުނުތަކެއް ވަންދެން ކައްކާފައި ހުންނަނީ ކާނާ އިން ކާނާ ހުރުމާއި، އެކަމުން ހުސްވެ ނަގާ ދެތަށް ގަންނާނެ، އެއްވެސް ކަމަކާ ނުލާ ކާނާ ގަދަވެފައިވާ ގޮތްތަކެއް ޑީވިޑީ އެވްޑްރަކާ ޖެހިދާނެ ކަމަށް. އެހެން ގޮތަކުން ބަލާއިރު، ވަކި މުއްދަތަކުން މިކަން ކާނާގައި ހުރި އަދި ދަރުދަރުޖަހައިގެ ޖީންތަކާ ފުރިހަމަކަމާ، އިންޖީން އެކަމުން ހާސިލް، ހުރި ޖީންތަކާ ސާފު ގޮތުން ޖެހިދާނެ ހަމަ ތަފާތުދާނެއެވެ.

ފުރަތަމަ ކަމަކަށް، މަދު ހާލު އަހަރުގެ މުއްދަތެއް، ކާބޯފަތިންނާއި، އިންސާނާ ދިރިއުޅުން އަދި ތަރައްޤީވާ ހަމައެކަނި ރޯ ކާނާގެ ބިލިއަން އަހަރާ އަޅާބަލާއިރު އެއްވެސް ކަމެއް ނޫނެވެ. މީގެ އިތުރުން، އިންސާނާ، ހަޔާތްތެރިއި، ކައްކާ ކާނާއަށް އާދަވެފައި ނުވާކަން ސާބިތުވެސް، ބިލިތަކުގެ ވެޖިޓޭރިއަން ކަމަށާއި، އެ ބިލިތައް ނަތީޖާގެ ގޮތުން، އިންސާނާ ތީ ކާނާއަށް ރިކާޝަ ކުރުމުން އަ ޖެހޭނީ ހުރެ އާދައިގެ ވަޒީފާތަކަށް އެނބުރި އަންނަ ކަމަށެވެ.

އިވޮލިއުޝަންގެ ޒާތުންތަކުގެ ސަބަބުން އަހަރެމެންގެ ޖެހޭ އޮރެއްތިޖީނަސް މަސައްކަތް ކުރާތަ ކިޔާލާ ތަކުރާރު އަލިއަކަން ފިޔަ ކާނާއަށް ނަމަވެސް ބައެއް މީހުން ތަބާވެފައިވާ ގޮތަކަށް ޖެހުން ނުކުރެވެ. ކާނާގެ މުއްސަނދި ފުރާޝަތުގެ ސިފަތަކުގެ ޒާތުގެ ބަދަލު މަސައްކަތުގެ ކަނޑައެޅިފައިވާ ބަދަލުތައް ނިންމާ ކުރިއަށް ކާނާ ފަރުމާ ކުރުމުގެ އަލިފާނުގެ ނުފޫޒު ދަރުމަން ފަސޭހައިން ނައްތާލެވިދާނެއެވެ. އެހެންކަމުން އެ...

ކައްކާ މީހުން ނިއުޓްރިޝަނަލް ކަމަށް ދެކޭ ކާނާތަކުގައި އެ މީހުންގެ މުހިއްމު މާއްދާތައް ނެތް ނަމަވެސް އޭގެ ބަދަލުގައި ޕްރޮޓީން، ފެޓް އަދި ކާބޯހައިޑްރޭޓްގެ ގިނަ ސަޕްލައިއެއް ހުންނައިރު، މިއީ ސެލްތަކުގެ ޖީނޯމްތަކަށް ވުރެ އެތައް ގުނައެއް އިތުރު އަދަދުކެވެ.

އެމީހުންގެ މަތީ ވަޒީފާތައް އަދާކުރުމަށް ކާނދުވަހުން ބޭނުންވާ ނިއުޓްރިޔެންޓް ކޮންސްޓިޓިއުއަންޓްތަކުން ލިބުނުނަމަ މަސްއޫލުވުމުން، ސެލްތަކުގެ ފުރިހަމަ ތަރައްޤީއާއި ޒާއްބަދަލުކަން ނުލިބޭއެވެ. އެތައް އަހަރެއްގެ ނިކަމެތިކަމާއި ކެތްތެރިކަމަށްފަހު، ބާކީ ހުރި ޤާބިލުކަމުން މަހުރޫމްވެފައިވާ އެތައް މިލިއަން ސެލްތަކުގެ ތެރެއިން އެއް ސެލް އެކުގެ ފަހުން ސެލްތަކަށް ބާޒުވުން ހަނިކުރާ މުކާނިޒަމްތަކުން މިނިވަންވާ ދުވަހަކެވެ. އެއަށްފަހު އެމީހުން ކޮމިއުނަލް ޖަމާލު އިން ވަކިވެ، އޮޓޯނޮމަސްވެ، ކޮއްތެރިކަމާއެކު އިންޤިލާ ސެލްއުލަރ ފްލުއިޑްގައި ގިނަ އަދަދަކަށް ފުދޭ، އާދައިގެ ސެލްތަކުން އެމީހުންގެ ބޭނުންތަކަށްވުރެ މާބޮޑަށް ދޫކުރުން، ފަހުރުވެރިކަމާއެކު ކާ ބިލިޔަނުގެ މުސްތަޤްބަލާއި ކާމިޔާބުކަމާއި ގޭސްޓްބެރަސް ބަދަލުކުރުން ކުރާ —ޕްރޮޓީން (ޒާއްބަލާތަން ޖަނަވާރުގެ ޕްރޮޓީން)، ފެޓް އަދި ހުރިހާ ނަތީޖާއެއް މުއްދަތަކަށް. އެއަށްފަހު އެމީހުން ބޭނުވުމުން އަންނަނީ ބިރުވެރި ސްޓޭޖެއްގައި، ގަރުނާކުލެޓަން، ފުރަތަމަސްޓަރަޓުން، ތަރުތީބު ނުވާ ގޮތަކަށް ގިނަވެ، ބިރުވެރި ޖަމާޢަތަކަށް، އާ ދިރޭ މަޒްލޫމުގެ އުޅުއްވާ ގައުންސޭ އެ އަޖައިބު ކުރުވަނިވި އިމާރާތް، އިންސާނީ ހަރަކާތް. އެ އާ މަޒްލޫމުގެ ނަމަކީ ކެންސަރެވެ. އެއީ ކައްކާގައި ހުންނަ ކާނާގެ ހަރަކާ ދެރިވެސްކާދޫ، ކާބޯހައިޑްރޭޓްގެ ފެރިހުނުނުގެ ޢަނިޔާނިޔަތް ސެލްތަކުގެ ޒަނިފައިވާ ގައިގެ ދިރުމުން ހުއްޓާލެވެ

ބަނދުކުރުން.

އަހަރުމެންގެ ޕްލެނެޓްގައި ދިރުން ފުރަތަމަ ފެނުނުއިރު، ގުދުރަތުގެ އަތްމަތީގައި އޮތީ ގުދުރަތެކެވެ ހަމައެކަނި އެންމެ އަސާސީ ބިލްޑިންގ މެޓީރިއަލް (ޕްރޮޓީންސް، ފެޓްސް އަދި ކާބޯހައިޑްރޭޓްސް)، އޭގެ ތެރެއިން ފުރަތަމަ އެއްސެލް ޖަރާސީމުތައް އުފެއްދުމަށް ކާމިޔާބު ދިޔަބެއެވެ. ސިވިލިޔަންސްތައް، އާދަތަށް ނުވަތަ ކުޑަ ތަޖުރިބާއެއް އިތުރުކުރުމުން އިންޓިނިއަރަކު އޮންނާގެ ފޯސްބިއަން އާ ވަޒީފާއެއް އިތުރުކުރާ ފަދައިން، އޭގެ ފަހުން އިމާރާތްކުރުމުގެ ތަކެތި (ތަރުކާރީ ހަރިގަނޑުތަކަން) އާ މާއްދާއެއް އިތުރުކުރުމުން ގުދުރަތުން ޖަނަވާރުގެ ގަނަވަންތަކަން އާ ވަޒީފާއެއް އިތުރުކުރެވެ. މި ބޮޑު މަސައްކަތުގެ ސަބަބުން ބިލިއަން އަހަރުތަކެއް ވަންދެން ގުދުރަތް ބިޔަކަން ބަރުއްބިޔަވާލަށް، އެ މުއްދަތުގެ ތެރޭގައި އާންމު ބަދަލުވީއާއަކަށް ފަރިގެން އޭގެ ރީ މަކާރިއަތްތަކަށް ތަރައްޤީކުރެވިފައި އެވެ

މިއަދު އަޅުގަނޑުމެންނަށް އެނގޭ ތޯވާމަކާއި، އަދި އެ މަޢުލޫމާތުގެ ތޯ މެޖިރައްކޮޅުގެ އިދާރާ ގެދުވެރިޔާން، އެކަމަށް އެމަކުޅުގެ
އިވޮލިއުޝަންއާއެކު، އެއިން އުފެއްދި އެއްސަލާގެ ޖަނަވާރު އަޖައިބު ކުރުވަނިވި ޖަނަވާރުކަން މަރައްޗާކަނޑައިފައެވެ.

ހިތާމައާއި އަލިފާން ހުރުމަށްފަހު އިންސާނާގެ ގުދުރަތީ އިވޮލިއުޝަން ހުއްޓި، އެއަށްފަހު ގޮސް ކަމަކީ ޖަރާސީމުތަކުގެ ސައިކޮލޮޖީގައި
ފަހަރަށް ޖެހުމުންދާ ކަމެވެ. އަލިފާނާއި މަހުޖާބު އިންސާނާ އީޖާދުކުރި ޖީޖަނެޓިކްސްގެ އެހެން މަދާމާތަކުގެ ވަސީލަތްތަކުން ގުދުރަތީ
ކާނާތަކުގައި އަދި ނަޒީޖާއައްގެ ގޮތުން ޖަނަވާރުގެ ސައިންތަކުގައި ބިލިއަން އަހަރުތަކުގެ ވަންދުން ރައްކާކުރުވިފައިވާ އެ ހުރިހާ މާދާ
ނިއުބްރިބިވް ޖުރާޒީމަކެއް ހަލާކުކޮށް، އެމިހުންގެ އާސާރު ފައްމަރަން އަނބުރާ ގެންސްދޭއެވެ އެ ގޮތުގައް އަމާޖެއް ނެތި ބާޒުވެން
ކަރަފާތުކުރުމަށް ޒިދުމަތްކުރާ އެނގޭ އާނމު އިމާރާތްކުރުމުގެ މަސްޙި. ކެންސަރު ސަލާމަތަކީ އެ އާސާރީ ސަލާމަތްތަކުގެ ހަމަ
ނަމޫނާމަތެވެ. ކެރު ވިސްނުމެއްގެ ބައިނުލްއަޤްވާމީ ކުރިއަށް ގެންދެވޭ އިމާރާތްކުރުމުގެ މަކާއްމަކު ޖުރާޒީމަތެވެ، އެއީ ފަރަން
އާންމު އުޅުއްދުމެއްގެ ހަމައެކަނި ހިލާމަތާއި ބޮޑިމަތެވެ. އެމިހުން ޝައުގުވެރިވަނީ މަގާމު ފައްމަރުގެ ގޮތަރުމަތާއި، މުއްސަނދި
ފެށޭގިއެއް ބިނާކުރުމަށް ކާންމުހުން ބޭނުންވާ، އަދި ބިޒްނަސްބޭކާއް ނުވަތަ ބޭބޭލުއްއައްގައި ނަމޫ އެމަށް މަޒްސޫލުމަކަށެވެ.

އަޅުގަނޑުގެ އަރުމިނިއާ ޖީމުގެ ދުވަސް ޖެހިސާގައި އަޅުގަނޑު ގޮތުގަނޑަކަށް ހާއްޗާރާންޖެއި މިވަނި
ކެންސަރުގެ އަސްލުގެ މައުސަލަ ބޮލުމަން 300ޗަފުރާ.
މިކަމަށްބަލައި، އެމެރިކާގެ މަޝްހޫރު ސައިންޓިސްޓް އީ.ވީ ކައުޖެރީ ޗިތުއްވާގައިވާ "ކެންސަރު ސެލްސް" (5591) ގެ ނަމުގައި
ޗިތުއްވާގައިވާ މުހިންމު ރިސާލަމައް މުރާޖަޢާކުރުމަށް ދައުރުގައިވީ، މީހީ މި މައްސަލައާ ބެހޭގޮތުން ކުރަފުން އެކިއެކި ރިޕޯޓްތަކުގެ ތަރައިން
އެންމެ ފުރިހަމަ ރިޕޯޓްއްއް ކަމަށާއި، އެ ރިޕޯޓްތަކުގައި މުހިންމު ހުރިހާ ރިޕޯޓްތަކެއް، ޖީނާ، މިސަ އަދަދުއްގެ މަޝްހޫރު
ސައިންސްފުރިން ޝާއިއުކުރުމަށް ޒިޔާދަކަމާއި ނިންމުންތަކެވެ. ސައިންޓިސްޓުން އަމިއްލައަން ހުރި ރިސާޗް ޖީނާގެ މައްޗަން
ބިނާކޮން، ކެންސަރު ސެލްތައް އުފެދުނީ މާދު ނިއުޓްރިޝަން ކާނާސްޓިއުއަރ އަށްޑްބާސް މަދުވުމާއި، ސެލްތައް އަމާޖެއް ނެތި
ބާޒުވަން ހިތްވަރުދީ އެ އާސާރު އިމާރާތްކުރުމުގެ ތަކެތި ސެފޮރުއޮބޭންޖަންސް އިން ކަމަން އަލުގަނޑު ނިންމާލަން ސާބިތުވެއްޖެއެވެ.

ކައްކާ ކާނާއަށް އެޅޭބޮލިޔަ އެއާއި ނުރައްކާތެރި ކަމެއްކަ
ވައިރަސް

ކިޔުންތެރިޔާއަށް ގުދުރަތީ ގޮތެއް ސިފަވާފު އުފެދިދާނެ، އެތައް ފާރަގަނޑުތަކާ ސައިންސްފެރިންސާއި ފްރޮފެސަރުންގެ
ތެރެއިން އެއްވެސް މީހަކަށް މި ސާދާ ހަޑިގަތުތައް ނުފެންނަނީ ކީއްވެގެންތޯއާއި، ކަށްކާފައި ހުރިހާ ކާނާ ކެއުމުގެ އާދައާއި ގުދުރަތީ
ނޫން އަދި ނުރައްކާތެރި އާދައެއް ކަމަކީ އެއްވެސް މީހަކު ނުބަނަނީ ކީއްވެގެންތޯއެވެ. ސަބަބަކީ މުޅި އިންސާނުންނަކީ ކާނާއަށް
އެޑިކްޓްވެފައިވާ ބައެއް ކަމާއި ކާނާއަށް އެޑިކްޓްވުމުގެ ސަބަބުން އަންގަނޑުން ފުމަރާދަފައިވާ ކަމެވެ. ކައްކާފައި ކައްކަމުން ފާރިޝް ކަމެއް
ކަމާއި، ހަމަ ގައިމުވެސް އެއީ ހުރިހާ ފާރިޝް ޑިމާންޑުތަކުގެ ތެރެއިން އަންގަ ބިރުވެރި ފާރިޝް ކައްކާކަން އެއްވެސް މީހަކަށް ނޫނީގައެވެ.
އެއީ ހަމައެކަނި އެއް ބާވަތެއްގެ މައްދާއަކަށް ކުރާ ޝައުގުވެރިކަމެއް ނޫން ކަމަކާއި، ނަމަވެސް އެތައް ހާސް މައްދާއަކަށް (އަދި
އެކަމުގައި ކޮންމެވެސް "އަޖައިބުކުރުވަނިވި"، "އުދާވު" މައްދާތަކެއް!) ކުއްލިއަކަށް ކުރާ ޝައުގުވެރިކަމުގެ ޖެހިލުމެވެ. މީގެ އިތުރުން، ކުރު
ވަގުތުގައި ކައްކާ ކާ މީހުންނަށް މުއްސަނދިކަމާއި ގާތްކަން ފެންނަނީ ކާބޯތަކެތި މިބާ ދަރުދަރަޖައިގެ ނިސްކަމުން ކަމަކާއި، އޭގެ
ހަމީ ދިރުމުގެ ފެންނަނީ އެތައް ގެއްލުމެއް މިބާ ދަރުދަރަޖައިގެ އެ ވަރަށް ނިސްކަމެއް ދެނެގަތުމަށް ހަމަހަމަ މަސައްކަތް ތަފާތު ނިސް
ބަލިތަކުގައި.

އިންސާނާ އެޑިކްޓް ވެގެން ދަނީ ސަލް، ކޮފީ، ޓީ، ދުންފަތް، ބަނގުރާ، ފުޅާ، ޓޮކްސިން، ޗީޒް ފަދަ ވިޔަތެއް ހިމެނޭ އެ
މައްދާތަކަކުން. ކައްކާ ކާނާތަކުން ތަފާތު ނިސް ވިޔަތެއް އުފައްދާއިރު، ވަގުތު ފާއިތުވަމުންދާ ވަރަކަށް، ފޯނާރުތަކާއި ކެފިޔާރިތަކުގެ
ފާރުތަކާއި، ހުޅުތަކުގެ މެދުގައި، ސަރުޖީ ސަލްތަކުގެ މެދުގައި އަދި އެހެން ތަންތަނުގައި ވެސް ރައްކާކުރެވެއެވެ. މަސްތަކާތަކުގެ
ވަބާގައި ޖެހިފައިވާ މިހާރު ހުރިހާއިންނަށް ކުރާ ޝައުގުވެރިކަން އޭނާގެ ހަށިގަނޑުގެ އާދައިގެ ޖީނުގެ ޑީއެންއޭ ބައްޔެއް ކަމުގައި ބެލެވޭ
ފަދައިން، ކައްކާ ކާނާ ކައްކަން ކުރާ އާދަން، އޭނާގެ ބަނޑުގައިހުންނަކަމުގެ އިސްތިސްނާ އޭނާގެ ޖެނެޓިކްސް އާދައިގެ ޖީނުގެ ނަމުނާ؛
އޭގެ ބަދަލުގައި އެއީ އޭނާގެ އެޑިކްޝަންގެ ޖީނުގެ ދޫވެ. އެއީ އިންސާނާގެ ޖެނެޓިކްގައި އޮތްފަދައިވާ ވިޔަތަކަން ސޮބުތިހުއްދަ ކުރާ
އިމްޕަލްސްތަކުގެ އެކްސްޕްރެޝަން އެވެ؛ އެއީ ހަރިގަނޑުގައި ވަރުގޮވިފައިވާ ބަލިތަކުގެ ޖީނެވެ، އިންސާނާގެ އަންގަ ނުބައި
ދުނިޔަމަށްގެ ގޮވާލުމެވެ.

އެ ބިރުވެރި ފާރިޝް ޢަމަލު ކާނާގެ އިންސާނުންގެ ހަށިގަނޑަށް ތަޢާރަފް ވެއްޖެ
އަމިއްލަ މައިންބަފައިންގެ ފެނާގެން، ހަމަ އުނގުޅިން ފެށިގެންނެވެ. އެއީ ތުއްތު ކުއްޖަކު ސަލާމަތުން ދުނިޔެއަށް ފާޅުވުމުން ވާހަކަ ދައްކަން
ފެށި ހިސާބުން ކާނާއަށް އެޑިކްޓްވުން މިހާރުވެސް އެހާ ގައިގައި ވަރުގަދަ ހިފުހައްޓާ ފަރުވާވެދިއައި އަވަހަށް ފެށިގެން އުފުރާގެ އަންގަ
ފަހަކާތާ ހަމައަށް ކައްކާ ކާނާއާއި އެހާ އާދައިގެ ކައްކުމުގެ ގޮތުގައި ދުނިޔޭއަށް

އެއީ އެނގޭ ފިޒިއޮލޮޖިކަލް ޖީނުތަކުގެ ގޮތުގައި؛ އެއީ އެންމެ ހަމަ ބަދަލުވުމުންނަކަން އޮޅިގެން އުޅޭ ކަމެކެވެ.

ކެއްކާ ކާނާގެ ޖީނުތަކާ ބަދަލުވުމުގެ ސޫރަތް

ކެއްކާ ކާ ލިބުނު ހުރިހާ ދުވަހު ކާނާ ކައްކައިފި ފޮޅުވައި ބޭނުން ކުރަމުން ގެންދިޔަ ބާވަތްތަކެއް، ދަރަބަލިކުރުމުގެ ބާވަތްތައް، މި މީހާގެ ބޮޑުކަމަށް ފެށި ބަދަލު ކާން މަސައްކަތް ކުރާއިރު، އެއްވެސް ބާވަތްތަކެއް ނުކުރާ އިބަރު ސައިކޮލޮޖިކަލް ނިޒާމުން، އެނގޭ ބޮޑު ސިކުނޑި ގޮތުގައި ޖީނުތަކަށް އަވަހަށް މުޅިން ފުށުގައި... އެނގޭ ފުރިހަމަ ފައިދާތަކެވެ. އެކަމަކު މިހެން ކަނޑަށް ކުރި ނަމަވެސް، އާންމުކޮށް ދުވާލު ބޭނުންވާ ކާނާގެ އަޅަށް ގެނައުމުގެ ކުރީން ނަގަން ބޭނުން ނަމަވެސް، އަދިވެސް އެނގޭ އުޅުނު އެއްވެސް އެއްޗެއް ނުކައި ހުރި ފަރުބަދަން ބަދަލުވުމުގެ ސޫރަތް. އެއީ ހަރީގަނޑުގައި ދައްކާލާފައި ހުރި އަދި މިހާރު ބޮޑު ވިޔަޅު ބޮޑުވި ބޮޑުކަމުގެ ވަރަށް ގިނަ ސަބަބުން އުފެދުނު އެއްވެސް ބާވަތެއް ނުވެއެވެ. އެއީ އެކަށީގެން ފާހަގަވާ އެއްޗެއް އިންސާނާގެ ބަދަލުވުމުގެ ކާނާ ބޭނުންކުރުން އާ ވަސީލަތެއް ކަމަށެވެ. ކުރިން ބޮޑު ސިކުނޑި ގެ ޖީނުތަކުގެ މުޅި ވަރު ހުރި އެނގޭ ވިސްނުންތެރިކަން، ފަރުދީ އިރުޝާދުތަކުގެ ނޯ ކާ މިހާރު ދިރިއުޅުން ދުވަހުން އެ ބުރުއުޅުން ބޮޑުވެގެން ބާރުކަމުގައި އަޅާ އިތުރު ނަގާފައި، އެކަމަކު މިހެން ނަފުސުން އަހަރެން، އަންނަ ދޭތެރޭގައި ބޮޑުވާ ނަގާއެވެ.

ކައްކާފައި ހުރުމުން އިންސާނާގެ ގުނަވަންތައް މަސައްކަތް ކުރަން ބާރުއަޅައެވެ

އެމީހުންގެ އާދައިގެ ކެޔޮލިސިސްގެ ޖީންގުނައާ ހަމަޖެހު ގުނައާއި ދުވަހުގެ އަދަދުތަކެވެ

އިންސާނާގެ ހުރިހާ ގުނަވަންތަކުގައި ވެސް ގުދުރަތީ ތިމާވެށި ހަކަތަ ބަރްކާކާންތައް ހުރެއެވެ.
އާންމުކޮށް އެމީހުން މަސައްކަތް ކުރަނީ އެމީހުންގެ ޖީނުންނާއި ކެޔޮލިސިސް އެއްބަޔަކާ ޖީނުބައިކަ އެއްބައިގައި، ބާޔާ ހުރި ހަކަތަ ފަހުން ހާއްސަ ކުއްލި ހާލަތްތަކުގައި ނިކަމަ މަސްކުރި ދުވަސްވަރު ބޭނުން ކުރުމަށް ބަދަލުކުރެވޭނެއެވެ. މިގޮތުން "އާދައިގެ" ހާލަތްތަކުގައި ހިތުގެ ނާރުތަކުގެ ދުވަހު 70 -70އަށް އަރައެވެ.
މިނިޓަކުން 72ބީޓް (ނޯ އިޓުރެއްގެ ބީޓް އެންމެ (58-62އަށް ވެއްޖެ، މިއީ ހައިސް ހާލަތްތަކުގައި މިނިޓަކުން 200އަށް ވުރެ ގައިޝަން އުފެދިދާން އެއްކޮށެވެ.
އަސްލުކާފައި އާދައިގެ ނާފާލުގެ ތެރޭގައި 500ސީސީގެ ވަރު ފުއްޕާމާގެ ތެރެއަށް ވަދެ ނުކުމެގެން ދިޔަ ނަމަވެސް ނާފާލުގެ ހައިސް މަސައްކަތްކުރާ އަޑުގަނޑުމެން ނަގާ 3700ސީސީ އާއި ހަމައަށް އިންސާފުވެރި ކުރުވާނެއެވެ

ނޯ ކާ މިހާ އެނގޭ ހަޖަމުކުރާ ގުނަވަންތަކުގެ ބޮޑުކަން ހިފުނު އެއްބައިލުމަ އެއްބައިގައެވެ
އެމީހުންގެ ޖީންބައިޝަން ކެޔޮލިސިސް، އެގޮ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން އެނގޭ ގުނަވަންތައް ދުވަހުކުރުމުން އާދައިގެ ނުވަތަ ވަރުބޮޑު ނުވަތަ ވަރުބޮޑު ނުވައެވެ. އަސްލުކާކުން ކެއްކާ ކާ މިހާ، ކާނޭޝަންގެ ދިރުމުގެ ކުރިމަތިގެ އެހީގައި އެނގޭ ކެއުމަށް ޝައުގުވެރިކަން އުފެއްދުމަށް، ތަރައްގީކުރެވެއެވެ

ސޮފްޓްވެއަރ، އެޕްލިކޭޝަން އަދި އެހެނިހެން މުޅިދުނިޔޭ ސޮލިއުޝަންސް، އޭނާގެ ބަސްޖު ފުރިގެންދާ މިންވަރަށް ރަޤުމުކުރާ
ގްރަފިކްސްތަކަށް އެޕްލިކޭޝަން ހުރިހާ ރިޔާލް ހަކަތައެއް .ރަކަޓަށް ގެނައުމަށް މަޖުބޫރުވެ، އޭއައިވެސް އެ ގްރަފިކްސްތަކަށް ކުރާ
ޗެލެންޖޭ ކުރިމަތިލާން ނުކުރެއެވެ. އިންސާނާގެ ދައްކަން މަޖުބޫރުވެފައިވާ އެ ނަފްރަތު އުފެދޭ ކާނާ ތިރިއަށް ފޮނުވާލި ޖެހިލުން
އަނބުރާ ގެންދިއުމަށް ނުވަތަ ފުރަގަސްދީފައި އިން ގޮތުން ބޭރުކުރުމަކީ. ހައިރާންވާންޖެހޭ ކަމެކެ، އެކަނިގެންވާ ވަރަށް
މިފަދަ ގޮތުން ބައިކަލާ އަމަލުތަކަކީ ކައުންސިލުގެ ހުރިހާ އާދައިގެ ހިލާފު ކަމެއްގެ ގޮތުގައި ނުދެކެމެވެ.

ރަޤުމުކުރާ ގްރަފިކްސްތަކަށް އެވްރެޖް ވެލިއު ބިނާ އަދަދުއްގެ އެކްސްޕޯޓަރ ގްރަފިކްސްތައް ވެސް މަސައްކަތް ކުރަން ސޮޓް
ވެފައި ވާއިރު، ހިތާއި ފުރަގަސް އަދި ކޮޕީ ގްރަފިކްސްތައް ވެސް މަސައްކަތް ކުރަން ސޮޓް ކުރު އެވެ.
މި ގްރަފިކްސްތަކުން ކުރާ އިތުރު މަސައްކަތުގެ އަސަރުކުރާ ވެރިން އަވަހަށް އެ ގްރަފިކްސްތައް ވެރިބަލިކަން، ވަގުތުން ރިޔާލުޓީން
ބޭރުކޮށްފައިވެ. އެހެން ކަމުން އޭގެ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން ޕީސީއެއްގެ އުޅުނު އެކަމެއް ގްރަފިކްސްއެއް ކުރުވުމަކީ ހިއްސާކުރަމުންދާ ކަމެއް ކުރަމެއް ޚާއްސަކުރެވެ.
ބޭނުން، ގެއްލުން ހުރި ވެސް މާއްދާތަކުން ކަން ކުރުމުން ކަންތައް އެޖެންޑާގެ ހާލަތު އޭނާގެ ސިފަވާ ފެށުނު ކުރިއަށް ބެލުމުގެ
ފުރަތަމައިޖާނަން، ހިތްހަމަޖެހުމުގެ ވަރުވާ އަޅުއިލާއަށް އުފެއްދުމުގެ، ހިތްހަމަޖެހުމުގައި އޭނާގެ ސިފަތައް ފެނިދާ ނިންމުމުގެ
ނަތީޖާއަށް ބަސްއޮތުމުގައި ތަފާސްހިސާބު . އާންމުކޮށް ހުސްކޮށް ހުރި ނަމަވެސް ކާ ކުރެއްގެ ބަސްމަ އަޅުއްވާ އަޅާކޮށް
ހުސްނު ނަމަވެސް، ހިތްހަމަޖެހުމުގެ އޭނާގެ ހަރަކާތް ފުރިހަމަވި، އެ ގޮތުގެ ހިތްހަމަ ޖެހުމުގައި ހިތްހަމަޖެހުމުގައި ހުރެއެވެ.

ކައުންސިލުގެ ކާ ދިހަކު ތަކް ކުއްލިން ބަދަލުވާން ނިސްބަތުން، ކިބައިން ގަސްތު އެކަށް ފުރަތަމަ ދުވަހުކުރުމަށް ހިތްހަމަޖެހުމުގެ
ނިކުމެއެވެ. އާންމުކޮށް ކާނާއަށް ރައްކާތެރި ޖެހިލުން އެއްގޮތް އުފެދިފައިވާ އިހުސާސް ކުރުމުގެ ބަދަލުގައި އެ ހަރަކާތް ވަރު ހިތްހަމަ ނުކުރުން
އިހުސާސް ކުރެވޭ އެވެ. އެހީތެރިކަމާއި އެހީތެރިކަން ވަރަށް ބޮޑު ނިސްބަތުން ކުރިމަތިވާ ބަދަލުވުމުގެ ސަބަބެއް އެހީތެރިކަން ބޭނުންކުރާ ކާނާތަކެއް
ނިސްބަތުންތަކާ ވެފައި ދާން އަދި ކާނާގެ ގޮތުގައި އެގޮ ނަތީ ކާނާތަކެވެ. މިއީ ބަދަލުވުން ގެނެސް ދިނުމުގެ އެއް ފަހަރު އެ
ކާނާތަކެއް ނިސްބަތުން އެކަށީގެން އަދި ފުރިހަމަކަން ބޭނުންކުރާ ކާނާ ބޭނުންވާ ކާނާތަކެވެ. އިންސާނާގެ ސިފަތައް ނިސްބަތުން
އަޅުވަކައް ވަންދާ ބަހައްޓާ ކުރަމުން އަންނަނީ އެވެ. އިންސާނާގެ ހަޤީޤަތް ގްރަފިކްސްތަކުގެ ގޮތުގައި ފުރިހަމަކަމުން ގުޅިގެން
އެ ގްރަފިކްސްތަކުގެ އެކަށީގެންވާ އިންސާނިއްޔަތުގެ ގޮތުގައި އެވެ. އެއީ ބަސްގެން އެ ކާނާތަކަށް އުފާވެރިކަމާ ދަތުރަކީ ހިތްޕަ،
އަވަހަށް މަޖުބޫރުވި، މާ ބޭސްތަކުގެ ނުކުން ގުޅުމުން ފެންވަރު، ސިފަތައް އަޅުވާ ހަރަކާތް، ބަސްގެއްލުމުގެ ސަބަބުން
ތިމާ ގޮތަށް ފަދަ ބިލިކަން، ޝައުޤުވެރިކަމުގެ އެ އަމިއްލަ ގޮތުގައި ދަރަޖަ، ގުޅުވާލުން އިތުރަށް ބޭނުން ކުރާ އަދި...
އެއަށްވުރެ ގިނައެވެ.

ބަރުވެރިއިވާ ސަލްބަހެއް ރަނގަޅުވެ، ފަޔަވެރިއިވާ ސަލްބަހެއް ރަނގަޅުވެ، ހަރަކާތްތެރި ނުވާ ސަލްބަހެއް އަލުން ދިރުމެއް ލިބެއެވެ. އަންއޮޓޯރިން ސަރުކާރު ސަލްބަހެއް ބަނގުރަލީގެ ތަރުއީގެ ތެރެއިން ހިދާޔަން ފެނިއްޖެ، ޖަމާވެރިއިވާ ވިހަތަކެއް މަޑުމަޑުން ނެތިގެން ދާނެ، މާޒީގައި ފެނުން ހަރިގަނޑުން ނުހުއްޓުން ދެއެވެ. ދެން އާދައިގެ، ހަރަކާތްތެރި ސަލްބަހެއް ނަގަނީ ފުރިހަމައި އިމަލު ނުހެދުމުން ފަޔަވެރިއިވާ އެ ވަސް ސަލްބަހުގެ ބަދަލުގައިނެވެ. ހަރިގަނޑުގެ ބަރުދަން އަވަހަށް ދުއިވެރި ސިއްހަތާއި ވަރުގަދަކަން އަލުން ލިބުމުގެ ތަޖުރިބާ ނިޝާނުކުރެވެ.

މި ހަޔާތަކީ ފެރިހެނެއްގެ ހިތްގައި އުފެދޭ އުފެދުން ފެރިގެންވާނެގޮތް ހަޔާތަކެވެ. އެ ނިޔުބެރިއަންބަސް ވަޑުތުން އޭނާގެ މޫދު ހަރިގަނޑަށް ފެތުރި، އޭނާއަށް ސިއްހަތާއި، ބާރާއި، ވަރުގަދަކަމާއި، ހަކަތަ ލިބިދެއެވެ. އޭގެ އޭނާގެ ހައްތަގައި އޭނާގެ ހުރިހާ ގުނަވަންތަކާއި ގޮފިންތަކަށް އަސަރު ފެނިއިން ކޮށް ލިބުނު ނަމަވެސް، އެ ގުނަވަންތަކާއި ފުރަހަތަކާއެކު މަސައްކަތް ކުރަމާ ފުރަތަމަ ފަހަރުވެ. އުދުވަހު އޭނާގެ ޖެހޭނީ ބޭނުންވާ ވެރަން ވެރި ފެނިއިން ދޯ ކޮށް ބޭނުމަވެސް، ނުވަތަ ޤާނޫނާއި ސަލްބަކަން ޖަހައިގެންވާނުމަވެސް، ބަނގުން އެކަމަން ދުކޮޅު ނުހުދާނެއެވެ އަނިޔާވެރިކަމާއި ގަދަކަމުން ބާރުކުރުން. އޭނާގެ އާއްމު ބޭނުންތަކަށްވުރެ ފެނިއިން ހުންނަ ކާނާތައް ބަނގުގައި ނުހުރެ، ފަޔަގެން ދިއުން ފަރަ ކަންކަން މަދުވެރިއަށް ނުވާނެއެވެ؛ އޭގެ ވިހައަކަށް ބަދަލުވެ ނުވަތަ ހަޖަމުކުރުމުގެ އެއްވެސް އުދަނގޫތަކުގެ ގެންސުރުން އެއްޗެހިތަކެއް ނުހުނެވެ. އޭގެ ބަދަލުގައި ހަޖަމު ނުކުރާ އެއްފަހަރާ ބަނގުން ޖާގަހަން ވަރު އޭގެ ފަހުން ނަޖިސް އާއި އެކު ހަރިގަނޑުން ނިކުމެގެން ދަނީ ހަމަ އުދުވަހު، ޖެހޭސިޓަން އަންނަ ކުޑަމިނުން ގެއްލުމެއް ނުލިބިގެންނެވެ. މިޒާތުން އޭނާގެ ބަނގު އަބަދުވެސް ދުއިވެރި ހުންނައިރު، ޖާގަޔާއި ލުޔެއް ފެރިހަމައަށް ބެލެންސް ކުރެވިފައިވާ ނިޔުބެރިއަންބަސް ލިބޭ ވާނެއެވެ.

ދެން އުފަދަ ހިނދުކޯޅުއްގެ ތެރޭގައި ހަމައެކަނި ކައްކާފައި ހުރި ކާނާގެ ދެލިން ޓޯތަލު ކާން މަސައްކަތް ޓޯސްޓަވާ ހިނގާނެވެ. އޭނާގެ ބަނގުން ރުޅިވެރިކަމާއި އެ އާދައިގެ ހިތްޖު އަދި ނޭދެވޭ މާއްދާތަކަން ދުއްކު ހަދާނެއެވެ. އޭނާގެ ތަފާސްއަން ލިބޭ ދިޔުނިހާއަން އުޅުވެރިކަން ލިބުނު ނަމަވެސް، އެ ޓޯތަލުތަކެއް އޭނާގެ ބަނގުގައި ހިނާ ދުވަހު އަޑުވެ، އޭގެ އޭނާގެ ކާހިތުވުން ބަންދުކުރުމަން ހުއްޖެހުމުގެ ގޮތުގައި މަސައްކަތްޓޯން، ހަޖަމުކުރުމުގެ އާދައިގެ ހަރަކާތްތަކެއް ފުރޮޅުއިޖެ ކުރާނެ އެއްޗެއްވެ. އުކަމުގެ ކައްކާ ކާ ދީހަކު އެ ހާލަތް މަދު ފުދޭހަކަތްކަން ހިތްހަމަޖެހި އުފާވެރިކަމާއި ހުށަހަޅަނީ، އޭނާގެ ޝަރުތުވެރިކަން ފުއްދައިދީ، ބަނގު ފުރިފައި، މިހާރު "ފުރިފައި" ވާތީ އެވެ. ކޮން ކައުމުގެ އަދި ވިސްނާ ދީހާ އެ ހާލަތަން ބިރުގަނޑެވެ. އޭނާއަށް ފުރިހަމައަން ވިސްނާ ގޮތުގައި ހަޔާތަށް ކާނާ ލިބޭނީ ކޮން ތަރުކާރީގެ ނިޔުބެރިޖަންބަސްތަކުން ކަމަކާ، އޭގެ މަރުވެރިއިވާ މަރުތަކުން ކަމަށް ވެސް ވިދާޅުވި އެވެ

އަލިފާނުން ނުހުންނަނީ ހަމައެކަނި ތެއްޓެކާއި، އާލާއި ވިހަތަކާއި ބަލިތަކުގެ މަސްދަރުތަކެވެ.

އިންސާނާގެ ކާނާ އުފެދިގެންވާންވާނީ ދިރިހުރި ސެލްތަކާއި...
މަރުވެފައިވާ ސެލްތަކުގެ މަރުތަކުން ނޫނެވެ

ފުރިހަމަ ބޭނުމަށް ކުރެވިފައިވާ ކާނާ އުފެދިގެންވާނީ ދިރިހުރި ސެލްތަކެއްގެ މައްޗަށެވެ. މިހާރު ތަރުކާރީގެ ހިލަސްމެތައް، ބިމުން ނިކުތްމަސްފަދަ، ދިރޭ މައްދަތަކުން ދިރިހުރެވެއެވެ. ގޮޅިބޮޑު އުއް ފެޖެހިއްޖައި މާ ފޯވިމުން ގެންދާއިރު، ދަސްޖެހިކަމުގެ ބާވަތްތައް އެއްކުރުމަށްފަހު އަހަރުތަކުން ފަހުން ވެސް އިންދައިގެން ފަހައިގެންދެއެވެ. އެކަމަކު މަރާލާ ޖަނަވާރުތަކުގެ ސެލްތައް ނުވަތަ ހަރިސްނެޖެން ވަގުތު ނަގާ ކިރުގެ ސެލްތައް އައްފަހަރާ މަރުވެ، ދަން އުތަކުން ފަހައިގެން ގޮސް ވިހަތަކުން ބަދަލުވާން ފަށައިދެ، ކުއްލިއްސުން އަ ސެލްތައް ހަވިގަތުގައި ބިރުވެދި އެއްޗަކަށް ބަދަލުވެގެންދެއެވެ. ޖަނަވާރުގެ ފުރޮޓީންތަކަކީ ތަރުކާރީގެ ފުރޮޓީންތަކަށްވުރެ މާރު ފުރޮޓީންތަކަށް ކަމަށް ދަހުމަކު، މަހަން އަޅަކަންކުރާ ބައްޓަރީސްތަކަށް ކުރު ވިސްނުމުގެ ފަރުކަން ބޮޑު ހައްކަން، ޚުދުމުޚުތާރުގެ އެންމެ ހިތްޕުޅުވެރި ގޮތުގައި ޖަނަވާރުގެ ޖާނަވަރުމުން ތަރުކާރީގެ ފުރޮޓީންތައް ބަދަލުކުރާނެ ފުރިހަމަ ބެލެން ނިއުޓްރިޝަންގެ ބަދަލުކުރާ ކަމަށް ގަބޫލުކުރާނަމަ، އެގޮތަށް "ފުރިހަމަ ބެލެންސެއް" ފުރޮޓީންތަކުން ކާނާ ހުރާ ކުއްޓާ، ވަދު، ބޯވަރާއި، ބަނޑުސް އަދި ފެހާ ފަދަ އެ ޖަނަވާރުތަކުގެ މަސް ވާންޖެހޭނީ އެ ޖަނަވާރުތަކުގެ މަހެވެ އެންމެ މަތީ ނިއުޓްރިޝަން ފޯރުކޮށް ނަމަވެސް މިފަދަ ޖަނަވާރުތަކުގެ މަހުގެ ވަރަ ސިފަ އެހާ ބާޒާރު ފާހަގަ ކުރަވާލާ އެންމެ ވަގުތެއް މަސް އެވެޓް މިހާރު ވެސް އޮތީން ކާނާ ނުކުރަ އެވެ.

އެމީހުންގެ އަމިއްލަ ފުރޮޓީންކާއިން އިން އިލްތިޒާމް ކުރާ ބައްޓަރީސްތަކުން...
މަހުގައި ހުއްޓަ ފައިދާތަކުން ހުރުމަށް، ބައިވެ ނުހުރެވޭ އެމީހުން އެސިޑެއް ހުރުމުގައި އެ އެމީހުން އެސިޑްތައް އުފެދިނީ ޖަނަވާރުތަކުން ބޭނުންކުރާ އެއްގޮތް އަދި އެހެން ކަސްރަތްގެން ކަމަށް ބެނާ އަމަލުން ދިއާރަބަޓީރިޔަތަކުން ނުވެއްޖެ އެއްގޮތް ނިކަމެތި ވެދެމެ އެގޮ ކަސްރަތްގެން އެމީހުން އެސިޑް އުފެއްދާ ނަމަޖެހޭ ދިރުމުގެ ޖަރާސީމުގެއް އެއްގޮތް މެނި ނިއުޓްރިޝަން ކާބޮޑުގެ ތަރުކާރީ ކާނާއިން ހަމަ އެ ކާމިޔާބެއްގެ ބައްޓަރީ ކަރުގެ ވަސީލަތްތަކަށް ނަތީ ހައްދަވާ؟

މަހުން ފުރޮޓީން އެމީހުން އެސިޑްތަކާ ނުލައި ކިރާ މިލިއަން ދިވެހިން އުޅެނީ؟

ކުރު ވިސްނުމަކީ ފިޒިކަލްގެ އެންމެ ބޮޑު އުނިކަމެކަމެވެ
ސައިންސް

ކައުކާ ކާނާއަން އެޕްލިކޭޝަނުގައިވާ ބަޓަރފްލައިސްޓޭޝަނުގެ އެންމެ ބޮޑު ގޯލަކީ
އެއީ އެމީހުންގެ ކުރު ވިސްނުމެވެ. އެމީހުން ވޭ މަރާލަނީ ކުރުކުރި ކަމަށް ފެންނަ އެ ގެއްލުންތަކާއި، ކުޑަކުޑަ ކަމަށް ފެންނަ ސަބަބުތަކުގެ
ސަބަބުން ލަސްނުކޮށް ކުރިމަތިވާނެ ސިޔާސީ ނަތީޖާތައް ކުރިން ނުދެކޭތީ އެވެ. އަދި ގަނޑުވަރުގެ މި ބަސްފުޅު ދެވިން
މިސްރަކުން ހާމަކޮށްލާ ހިނގާލެވެ. ކައުކާ ކާނާ، ހައިސަކަތް މަސް ކައިންތަކުގެ ވިހަ ގިނަ އެވެ. މިހާރު ހުރިހާ ވަގުތެއްގައި ވެސް
ފޮހެ ނުކުރާ ގޮތަށް ކުރިއަށްދާ ދިމާ މީހުންތަކަށް ވިހަވުމުގެ އެއްވެސް ސަމާލުކަމެއް އެއްވެސް މީހަކަށް ނުނަގާ އަދި އެހެނެ ވިހަތައްގެ
ސަބަބުން ފުރަތަ، ހިތަށް ނުވަތަ ކިޑްނީއަށް ވެގެން ގެއްލުން ދިޔަ ނަމަވެސް އެ ހާލަތު ނޫނީގެ ސަބަބުތަކަށް ނިސްބަތް
ކުރު އެވެ. އަދިވެސް ވިހަވެން ގަދަވެ، ބޮޑުތިރި ނުގެނުނައި ހޭނެފުން ފަދަ ކަންކަމާ އަކު ދިމާވާއިރު، އެއީ ގޭސްޓްރޯއެންޓެރައިޓިސްގެ
ބޮޑުގައި ބަލައެވެ. ވިހަ ދިނުމުން އެމީހުންނަށް ވިސްނޭނީ ހަމައެކަނި މުޅި ޖަރާސީމުން އަސަރުކުރޭން، ޝިފާކުރައްވަކަށް މިހާރުން
ވަގުތުން މަރުގެ ނުރައްކާ ކުރިމަތިވާ ހާލަތެވެ. މިޒާތަން ފެރުބާން ކުރުވިސް ހިތައް މައްސަލަ ފެރާނަ ހައްދަވާ!

ފިރިހެނުންނަން ކޮންމެ ދުވަހަކު ކާނާގެ މިޖެއަރ ގެދުވެރިކޮން އެމީހުންގެ ޕްރޮޓީނަކާއި ފެސާދުތަކަށް ވަންނަ ނަޔާސް
ނުފެންނައިރު، އެއީ ޕްރޮޓީނެއްގެ ފާރުތަކުގައި ފަރަވާއައްކަން ފަހު ފަރަވާއަތް އިލިނިދާ، އެމީހުންގެ މަގުތަކަށް ހޭނިކަން، ކުއްލިއަކަށް ވޭ
ދައްކުވެން ހުއްޓާ އެއްދުވަހަކު، ކުރުކަނޑާ އައްޔެކެވެ -ފެންނަ މީހުން މި ހާދިސާ ދުކުރި "ހިވާސް ނުކުރާ" ކަމެއްގެ ބޮޑުގައެވެ.

އެބައް މިޔަސަން ޖަނަވަރުގެ ކުފުސްޖީއައް އޮންނަ ބޮޑު ގަޑަޔާ ދިމާއަން ބޮރު ސްކޫލްގައި އުދައެރުމުގެ ސަބަބުން ކުރާ ޗިރުވެރި
ފްރެޝަރު ފިރިހެނުންނަން ފުރަގަ ނުކުރެވިއްޖެ. އެކަމަކު އެ އުދައެރުމުގެ އަސަރުގެ ދަރުން ޑިނައިރުޖަކާއް ވަންދަން ބޮޑިފާޓެގުން
ދިޔާ އެ ގޮތް އެންމެ ފަހުން ވައްޖިއްޖެނަމަ، އެންމެ ފަހުން ފަޔާއިގެން ދިޔާ ސަބަބަކީ ކުޑަކުއްޗަކު އާއްސިޔޭންޖެއްގައި އެއަރ އުކާލި
ހިފައެވެ. ކާންސަރަން ގެދުވެރިވާ ސަބަބުގެ ބޮޑުބޮޑު ނޫ-އިޖަރަކު ގެންގުޅޭ ޑައިރީ ބަލައްވަރު އަދިގަނޑުވަރުންނަން މިހާރުވެސް
ފެނިފައިވެއެވެ. މިކަމާ ދުވާލަން، ކައުކާ ކާނާއަން އެޕްލިކޭޝަނަލް ރިސާރޗް ސައިންސްޓިފިކް އަދިގަނޑުވަރުންނަން ހުރަހަރާފައިވާ 400
"ކާސިނޯޖެނިކް އެޖެންޓްސް" ގެ ބޮޑުގައި މުޅިނިކަމް އިރިޓޭޝަނެއް އާއި ސިގިރެޓްގެ އަނިޔާ ފަދަ ބަލިތަ ހިމެނޭ.

ކޮންމެ ޖެނެރޭޝަނެއްގައިވެސް އަ ޖެނެރޭޝަނުގެ މަސައްކަތުގެ ކުރިއަށް ގެންދާ އެއްބައިވަންތަ މަސައްކަތުގެން އެތައް މިލިއަން
ސަލާމަތްކުރެވުނެވެ. އަ ސަލާމަތްކުރުން ގެދޮރުވެރިން އެފްރިކާގައި ވަކި މުޅިއްމު މާއްދާތަކުން ނަތީޖާއިން، ސަލާމަތުގެ ދިރުން ގެއްލި،
ބޭނުން ނުކުރެވޭ ގޮތަށް ވެއްޓިގެން ދާން ފެށުނެވެ. ހަކަތަ ދިރާސާ މިހާރު ދަނެގެން އަންނަ ނަމަވެސް، އަ ދިރާސާތަށް ވެސް، ވަރަށް
އަވަހަށް ހުސްވެގެން ދެއެވެ. އަ ގެނައުން ކޮންމެވެސް ގޮތަކުން ނުވަތަ އެހެން ގޮތަކުން އަދި މަސައްކަތްތަކެއް ކުރިއަށް ގެންދާނެ
ހިނދުކު، ކުރު މުސްނަދުގެ މިހުންނަން ރަށް އަދި ނުފެނެއެވެ؛ އެކަމަކު އެންމެ ފަހުން އަދި ހަރަކާތްތަކުގައި ފަހަތަށް ޖެހުމުން،
އެމީހުން ބޭނުމި އުފެދި ގެނައުމެއް ބަލިވެ، ބޭހަށް ރިއާޢަތްކުރާ ކަމަށް. އެކަމަކު، އަހަރުތަކުން ވަންދުން އަލިފާނުގައި އަނދާފައިވާ
ކާނާގެ ނިއުޓްރިޝަން ކޮންސަރވޭޝަން ބަދަލުގައި ކުޅި ޕްލާސްޓިކް ނުވަތަ ފިހާއެއްގެ ޖެހުމެއް ދަށަށް ފެތިގެންދާނެ
ނުކުރެވުނު ގޮތަށް ހުރި ސަލާމަތުގެ ޒަރީއާ މަސައްކަތަކުން ގެއްލުވައިލާ ގާބިލުކަން އަނބުރާ ލިބިދާނެ ހެއްޔެވެ؟

ކާނާގެ ނުރުގައި ދުވަސްތަކުން ވަންދުން އުމުރުންފުރާ ޒިނާ އަދިދުއްގެ މާއި ބިސް، ބަބުރު އަދި ޗީޒް ފަދައިގެން ގޮސް ގޮސް
ދުވަވެ، އޭގެ އެންމެ އާންމު އަލިފާބަލި ބޭރުގެއެދުން ކަމަށް ވެސް ޖެހެ. އެކަމަކު ކުއްޖަކު ހަމަގަތުގައި ބޭރުން ހިންގުމުގެ އަލިފާބުތަކެއް
ފެނުނު އިރު، މުޅި ކުން އުފުލާސް ނަޖިހުން ފެނުނު މަދު މަދު ހަނގަވައިއްގެ މައްޗަށް. އެއްވެސް ވަރަކުން ފެނުމުގެ ނުވަތަ ހަލާކުވުމެއް
ނަތީ، ކުއްޖާ ވަދެގެން އަނބުރާ މަދު ގަޑިއިރުކުރެވުމުގެ ތެރޭގައި ހަރިގަނޑަކުން ބަދަލުވެ ނުގެނެސް ދުލުންވެލާއިރު، ޑޮވާގެ ހަނގަނޑުން
ކުއްޖާގެ ގަރުދަނގައި އެއްވެސް ދުވަހުގެ އުފެއްދެވުނު ހިހިނާއްޗާ އެއްވެސް ފެނިގެން ސައިބާވާނެ ނުކުރެއެވެ. މުޅި މުސްތަޤްބަލަށް އުފެދިފައި ބިރާއި
މަރާއި ބަޖަރާއި ހަވާލު އާންމު އަދި ކޮންމެހެން ބޭނުންވާ ކާނާގެ ގާތުގައި ދުވާ ނަމަވެސް ޑޮވާއިލީ ދެވަނަ ދަރަޖަ ވެސް އެއްޗެއްގެ
ގާތުގައި ދުއްކޮއި އަވެ. ބައެއް ފަހަރު، "ބައިޖެ ތަރުލިތު ހުރި ގާތަން" ކުރިންނަން ދޫވާ ކައުން މަނާކުރުމަށް ވެސް ކޮންމެހެން
ކުރަން ޖެހޭ ކަމެއް ކަމަށް ބަލާފައި އޮވެ.

ކައްކާ ކާ މީހުގެ ބަރުދަނާއި ރަނގަޅު ސިއްހަތުގެ މުސްކުޅިވުމުގެ ގާތުގައި ނުބައިވެގެން އޮވެ.

ފަލަވުމަކީ އެންމެ ނުރައްކާތެރި ބައްޔެވެ

އިންސާނާގެ ޖަރާސީމު އަދިވެސް ގެދޮރުތަކުގެ ނޫން އެއްޗަކާ ދުނިޔޭ ހަދާފާ ހިނދުކު
ޖެހިބާ ކުރިމާއި އެކަމާ ދުނިޔަށް ކުރާ މަސައްކަތްތަކުގައި ކުރިއަށް ގެންދިއުމަށްޓަކައި، ކާރިތުވުން، ހަޖަމު ނުވުން، ގެސްޓްރައިޓިސް
އަދި ބަނޑުގެ އުނދަގޫތަކުން އުފެދޭ ރޯގާތައް، ކޮލައިޓިސް ފަދަ އިލްއިލީ ޝަކުވާތަކާއި ފެންނަން ހުރެއެވެ. މިހުރިހާ ކަމަކީ ވެސް
ޖަރާސީމު އޭގެ ކޮންމެ ވަސީލަތަކުން ބޭނުން ކުރުމަށް ކުރާ މަސައްކަތުގެ ބަރުދުނުގެ އިޝާރާތެވެ

ޒައިރުގެދުރަޖީ ކާނާއެއްގެ ގެއްލުން ނިއުޓްރަލައިޒްކޮށް، އެއިން އުފެއްދާ ވިހަ މާއްދާތައް ހަށިގަނޑުން ބޭރުކުރުމަށް ޖެސްޓޭޝަ ކުރުން. ބަލިމީހާގެ ބަރުދަން ލުއިވާން ފަށާއިރު ދެން އެމީހުން މަސައްކަތެއް ކުރަނީ އަސާސަން "މަރުކާޒީ" ކާނާ ދިގުން އަސާ ވަރުގަދަ ކުރުމަށެވެ. އެންމެ ފަހުން އެ ޖަރާސީމު ބަލިވެ، އާގެ ހަނގުރާމަ ހުއްޓިގެންދާ ދުވަހު، އިންސާނާ މި ދުނިޔޭއަށް އަލްވަދާއު ކިޔާ ނުވަތަ އެއާ ޚިލާފަށް ކާރިތްތަކުން އިތުރުވެ، ފުރިހަމަ ނުވާ ޙަޔާތެއް ކާން ފަރުނި، ހަސިގަވެރިން ހަޖަލުވެ، ބަރުދަން އިތުރުވެ، "ސިއްރަތު އަލުން ހުދުމަން" ކަމަށްވެ އަދި ބާރުވެ." "އެހެން ޗުޓަކަން ބުނާނަމަ، އެދުވަހު އިންސާނާގެ ޖަރާސީމު، އޭގެ މަސައްކަތަކަން ކޮންޓްރޯލްގައި، ޤުދުރަތީ ނޫން ކާނާއަށް "އެޖެނޑާ"ވެ، އިންސާނާގެ އެންމެ ނުރައްކާތެރި އެއް ބަލި ކަމަށްވާ ޒައިރު ގެދުރަޖީ ރަހިގަސްޖެގެ ބިންގާ އެޅެއްވެ.

ގެދުރަޖީ ސޫރުން ކާނާގެ ޕްރޮސެސަރުގެ ދަރުމަން ރަހިގަސިޔަށް މަޖުބޫރުވެ، އެފަދަ ކާނާތަކުން އުފެއްދާ އާއިއާއި ގެއްލުން ހުރި މާއްދާތައް ޖަމާވެފައިވާ މިންވަރު ޖަރާސީމުގެ ތަރައްޤީ ވަދެގަތުމަން މަޖުބޫރުވެއެވެ. އެއަށްފަހު އޮބީސިޓީ އުފެދުނު ފެޓްސް، ހޫރިޓް އެސިޑް އަދި އާގެ ގެރިވަޖިވްސް، ކޮލެސްޓްރޯލްސް، އާންމު ފަރުން، އިތުރު ދައުރުވާ ތަކެތި، ކޮލިޔުސް، ސިރައުސް ފްރީރެޑިކަލްސް، ޓިއުމަރސް، އިންތަލްބިވް އަދި ފުރަސްއިބިލް ސެލްސް، މަލްޓިޕްލް ސްކްލެރޯސިސް (ޖިޖިކަރިއާސަސްއިބްސް)، އޮވަރސައިޒް ނިއުކްލިއަސް (ޖީޖީކަރިއާސަސްބަސް) ފަދަ ސިއޯޓިކަރުތަކަށް ދިމާވެއެވެ. ބަހައްދު ފަސަރު މިސާލަކަށް އާދައިގެ ސޯލްޓަކުގެ ސައިޒުގެ އެތައް ސަތޭކަ ގުނަ އިރަކަށް ވާސިލްވި ނަމަވެސް، އެއްވެސް ބޭނުން ކުރަނީ މަސައްކަތުގެ ކުރުމުގެ ގާބިލުކަން ނެތެވެ.

އެ ހުރިހާ ޖަނަވާރުތަކެއް ހަރިހަރިޔަކައި ޖަމާވެގެން އުޅޭނީ ފުރިހަމަކޮށްގެ ހެބައިގައި އުފެއްދުމަކަށެވެ ސިއްރަތާއި ބަރުގެ ވަރުގެ ކަމުގައި ވާއިރު، ހަލީމަގައި އަސާސަން ތަހައްމަލް ކުރަމުންދަނީ މަޖުބޫރުން ފަދަމުގެ. އަސާސީ މަސްތަކަށް ތުރިވެ، ބަލިކަރިވެ، އަސާސީ ހާއްޖަ އަދި ހަރުކާތްތެރި ސެލްތަކުގެ އެދުރު މަދުވެ، އަސާސީ ގުނަވަންތަކަށް ބާކީރުވެގެންދެވެ. އަހަރުފެށުގެ ދުނިޔޭގައި ޖިނާ އަދުދުއްގެ ފަރުފަތަކުއި، ބޯ ފަދަ އަތްލިމަތާ، ޚޫބްޖީ އަކާއި، ސަރުވިތުގެ ފަރުފަތަކުއި އުފެއްދުމާ އެ "ސްޕޯރިސް"، "ރެޑްސްޕ" ޕިރިހުނުރޯ، ހަޕިގަކުގައި ހަސްގަނޑުގެން ނިވާކަނުފައިވާ ކަރިތަކުކޮ. އެއީން ކަސްގެ މިހަކުވާސް އަސާސީ ބަލިކަރި އަދި ފަހަރުފަހަރުގައި މަސްތަކުގައި ފަހަ ޓިކަރު ވެޓްލްގަވާއިރު، އެ ބިކަރު ހިޔާ ކާނިވާ، އަޖިއްމަރުއަށް ހުރިހާ ތަނަކަށް ގެންދުއެވެ. އެކަމަކު، އާދަޔާ ހިކުގެ ޖަތަކަން ބާސާސަމަ، މިގޮތަ މީހުން ގެދުނުކުނެ ބޭޔާ ހާކަސް އަމީހުންގެ ސިއްރަތާއި ވަރުގަދަކަމާއި ބާރަކެވެ.

އަމީހުންގެ ވަރުގަދަކަމާއި ގުޅުމެއްނުވާ ވަރަކަން، ވާހަކަ ދައްކާއިރު އެކަމަށް އިސްތިޢުމާލް ކުރާތީ ހާލުގައި ހާރިސްކުރަނީ، ޖީންސެއްކަމުގައި އެބޭސް ހުވާކަށް އިސްކުރުމުގައި ޙަރަކާ؛ އަމީހުންގެ ލޫޖިކާ ބަރުދަން ދަސްކުރާ ދަނޑުކަމުގެ އެކުވެރިކަން ފަދަ. މިފަދަ ހިމާޔަތްކުރި ކުރު ވީސްނުމުގެ މިސާލުތަކުން ދިރުވާހަކަތަކެއް ވަޒްއްލު ފުރިހަމަ ކުރަމުންދަނީއެވެ.

އަލިފާނުގައި ހަލާކުވާ ރާ މެޓީރިއަލްތަކުގެ ބަދަލުގައި އައުލެސް ބޭހެއް ނުދެވޭނެއެވެ

އާންމުކޮށް ބޭނުންކުރާ ހުރިހާ ބާޒަރު ވެސް އަލިފާންތަކުގެ ފެންނަ ބޭސްތަކެކެވެ. އެހެން ގޮތަކުން ބުނާނަމަ، ބަލިމީހާއަށް ވަގުތީ ލުތުފުއް ދިނުމަކީ ނުވަތަ ބަލީގެ އަލާމާތްތައް ފާރުވުމަކީ ޖިލްދުޖެހޭ ވެސްގެ ގޮތުގައި ޒިދުމަތް ކުރެއެވެ. އައުލެސް ހާލަތެއްގައި އެމީހުންނަށް ކައުނާ ތަރިތަކާއި ތަފާތުކަމެއް ހަލާކުވެފައިވާ ރާ ނިއުޓްރިއަންޓްސްގެ ބަދަލުގައި ނުދެވޭނެއެވެ. ޑިނަ ޗޫލު ސައިންސްފުރިން މަސްތުވާތަކުގެ ބޭނުންކުރުން ވަރަށް ހަރުކަށިކޮށް މަނާކުރެއެވެ. އިނގިރޭސިވިލާތުގައި އިނގިރޭސި ރައްޔިތުންގެ މުއްސަނދި ފެންވީގެ ބޭޒު ބަޔަކުގެ މައްޗަށް ހަތަރު އަހަރާއި ބައިގެ މުއްދަތަކަށް ކުރިއަށް ގެންދިޔަ ބުރަ ދިރާސާއަކަށް ފަހު، ފެކަލްގެ ބަކްޓީރިއާ ބޮޑުނަކުން ނިންމީ އާބާދީގެ އެންމެ ނުވަ ފެސެންޓް މީހުން އުފާކުރާ ކަމަށްވެ ރަނގަޅު ސިއްހަތެއް؛ ބާކީ ރިޕޯ 91އިންސައްތަ މީހުންނަކީ ބަލިވެ އުޅޭ މީހުން ކަމުގައި ވިދާޅުވި ޑީނަ މީހުންނަކީ އަލީމުންގެ ބަލިމަޑުކަން ބޮނޭނުވެސް ނުވެއެވެ. ކުރިން ކަމެއް ފެތުވާތަކުތަށް އެމީހުންގެ ނިސްބަތުގައި ގާތަގަނޑަކުން އިސްތިސްނާއެއް ނެތި ތަރަފެއްގައި ހާލު ހުރިހާ ޖިސްމުގަބައެއް ފެތުވާއަށް ރައްދުދިން ނަމަވެސް އެގޮ ފެހުން ބަލިމީހުންގެ އާންމު ސިއްހަތުގައި ފާހަގަކުރެވޭވަރުގެ ދެނެވުމެއް ފެނިފައިވާ ކަމެވެ. މާނައަކީ ބޭސްތަކުން ހަމައެކަނި ބައްދެއްގެ އަލާމާތްތަށް ފާރުވާއިރު، އެއިން ލިބޭ ގެއްލުން ބިމާރުވެސް ބަލިކަށިވެފައިވާ ޖިސްމާނީ އިމިއުނިޓީން، އެގޮ ހާލަތު އިތުރަށް ގެސްވެގެންދެއެވެ.

އެހެންކަމުން ބަލިނުވެ ނުވަތަ ކުރިން ބަލިވެއްޖެނަމަ ސިއްހަތު ރަނގަޅުވާން ބޭނުންވާ މީހާ މަސްތުވާތަކީގެ މައްޗަށް އޮންނަވާލުވެއް ޖެއްސުކަން ނުޖެހޭނެއެވެ؛ އޭގެ ބަދަލުގައި މުދާރަކީ ނޫން ކާނާއާއި މަސްތުވާތަކުގެ ބޭނުންކުރުމުން ދުރުހެލިވެ، ރާ ކެއުމުން މުދާރަތްގެ ފޯރުނުބަކާ އެއްގޮތަކުން އުޅެން ޖެހޭނެއެވެ!

މިއީ ހަމަ، ރައްކާތެރި އަދި ސައިންޓިފިކް ގޮތް ކަމުގައި ވާއިރު، ޑޮކްޓް ތެރަޕީ އަޔާ، ޖެރޯލް-ބެނަރ އާއި ހަވާލާދީ ބުނާނަމަ، ހަމައެކަނި "މަކަރާއި ހިލަތް" އެވެ. އަލްކަހޯލް ނަޖިހުގައި އެއީ ވަހުމާއި އަމިއްލަ ނަފްސަށް އޮޅުވާލުން ކަމަށް ކިޔުމަކީ މާ އުކަރީގެންވާ ކަމެކެވެ. ނިކޮޓީން ވަނީ މަސްތުވާތަކެއްކަމީ "ވިޔަގެ ޑޮކްޓަރު" ކަމަށް ވިދާޅުވެފައެވެ. އަލްކަހޯލްގެ ފާހަކަތަކުގެ ތެރެކަށް ޖާރޮޖެރުންނަން ފެށުނުއިރު ގަބޫލުކުރަމުން، އެމީހުންގެ ހާސްޔަތުވެ ބަލިމީހުން ހަމަހަމަ ދެ ބައިތަކުން ބަލާއިގެން، އެއް ގެރުޔަކު ބޭނުމަށް ކައްކާ ކާނާގެ އެހިގައި، އަނެއް ގުރުޔަކު ހުރުމުހުރިޖެހު ރޭ އިޖެބެއް ދިމުން ޖެއިބެއް ދިގެން، ދެން ދެ ނަތީޖާ އަލީޔާމެއްގެންނަވެ އެކަކު އަނެކަކާ އެކުގައެވެ. މިއީ އަޅާސާ އަދި ނިއުސްތާ އިމްތިހާނެއް، އެހެން ނޫނީނަމަ ރޭ ކާއްސާ ދުކާލަން ކުރާ ކާނާގެ ޖެއްސަކަޔާ އެނގެ ކުޅޭ އަދަށް ނުވަތަ އަދި ނުތީ ޖެއްސަތަށް ދައިއްދާނުން ޖެއްސަތަކެވެ. އަލްކަހޯލްގެ ބަރަބްބަރަށް ސިއްޓްޗޫޒެއް ޖެރަގް ތެރެޔެގެ ގަނޑު މިސާލުތަކަކުން ހާމަކަންތަކާ ހިނގާނެވެ.

ތަދުވުމަކީ ހަރިގަނޑެއް ނުރައްކާތެރިކަމެއް ކެމިކަލްތަކުގެ އިންޖެކްޝަނެއް ނުފެށިގެން، އަހަރެމެންގެ ޖަރާސީމު އެހީތެރިކަމުގެ
އެތި ގޮވާލުމެވެ. އެކަމަކު މި ނުރައްކާ ނައްތާލުމުގެ ބަދަލުގައި އަހަރެމެންގެ ސިޔާސީއަށް މި ނުރައްކާތެރިކަމުގެ އިހުސާސް ފެނުމުން
ސާފުކުރަން މަޖުބޫރު، ވިހަ ދެރައެއްގެ ސަބަބުން އެމީހުންގެ އަށް ހިލޭނުކުރެވިފައެވެ. މީގެ އިތުރުން މިބައި ކާނާގެހެން ވަސް ނުރައްކާތެރި،
މިހާރު މިބައި އިތުރަށް ގެސްޓަފީ އާ ބަޔަކަށް ގެއްލުންތަކެއް ދެއްކެވެ.

އޭގެ މިސާލެއް ދަންނަވާލަ: އަހަރެމެންގެ ފުޑު ސިސްޓަމް މަގުތަކެއް ނަޑިސަރުކާރު ހަރުފައްޓަށް ފެށިގެން ހަރިކަން ހިފިގެން، ހިތުން ހަރިގަނޑުގެ
ބޮޑެތި ލު ދަށުރުކުރުމަށް ބޭނުން ބުރެއް ބޭނުންކުރި، އަޅާ ނަލަފޭއައްގެ ގޮތުން ލޯގެ ފެށިގެން މައްސަލަ ދެއްވެ. އެކަމަކު އެ
ނަފްސާނީ ޙާލަތު ގުދުރަތީގޮތުން ހަރަކާތްތަކުގެ ބަދަލުގައި، ހަމައެކަނި ވިހަވެގެން ބޭނުން ކުރަމުންދާއިރު، އެ ސާފުކުރަން ޖީވަމުގެ
ޖީވާތްތަކުގެ ޒާތުގެ ފަށަނަ އެ ސާފުކުރަން ސިފައިފިލުވާ ކުރެވެ. އެ ވިހަގެ ފައިދާ ދުއްވައިދާ ހިނދުކަން ފުރަތަމަ ބައިތަކުގެ ބޭއިން މާ
މިނިވަންކަމާއެކު ދަބަރުކުރަން ވަގުތީ ގޮތުން ފުރުޞަތު ދަނޑިވެއްވެ. ނަމަވެސް އެގޮ އަސަރު ފާއިދާވުމާއެކު، ބޭނުންކުރާ ބޭނުމަތަކުގެ
އަމަލުގެ ސަބަބުން ފުރުޞަތެއް ކުރިގެ ހާލަތަށް އެނބުރި އަންނަނީ އިތުރަށް ބަލިކަށިވެފައެވެ.

އެ ޤާނޫނަކީ ގެއްލުންހުރި ފަރުގެ އަސަރުތައް ނުކުރާ ބޭރުއް ނަގާލެވެ.
އެކަމަކު މި މައްސަލައާ ގުޅޭ މަދު އަދަދެއްގެ ޕްލާސްޓިކް ބާވަތްތަކެއް ފެނިފައިވަނީ ފަހަކަށް އައިސް، އޭގެ ތެރެއިން އެއް ޕްލާސްޓިކް ކަމަށްވާ
"ބިސްފެނޯލް އޭ ޕޮލިކާބޮނޭޓް" (5591)، ވޯޓަރބޮޓަލް ފުޑްކޮންޓެއިނަރ ފަދަ ތަކެތީގައި ބޭނުންކުރެވޭ ކަމުގެ ސަބަބުން އާއްމު މީހުންގެ
ހޯރމޯނަލް ސިސްޓަމް ، އަދި ހަރުގެ ބޮޑެތި ވަރަށް ގިނަ ބަލިތަކެއް މަދުކުރާ ބޭނުމަށް ހުރިހާ މީހުންގެ. ހަމަގައިމުވެސް އާންމުކޮށް
މަސްތަކާއި ބުއިމުގެ ޖިންސީ ހަމައެކަނި ވަގުތުން ޝަކުވާތަކެއް ދިމާ ދަތުރު ނުވަތަ ސިފައިސް ބަލިތަކުގެ ސިފަގައި ފެންނަ
ކޮންމެ ޕްލާސްޓިކުގެ އިތުރުން ޕްލާސްޓިކްއެއް ބިސްފެނޯލް ސަ ރަށް ކޮންމެ ޕްލާސްޓިކެއް ކޮށްވެސް ބިސްފެނޯލް ހިމެނޭ.
ކޮންމެ ޕްލާސްޓިކެއް ހަމަގައިމު ގުޅޭ ނުރައްކާ ބަދަލެއް ދެން. ބޭނުން ސުރުޚީގައި ދިރިއުޅޭ ހިނގާ ރާއްޖެއްގެ ކަމަށް.

އެއީ 350،000މާއްދާގެ ބާވަތުން ކެމިކަލް މާއްދާތަކެއް...
ބޭސްތަކެއް ބަޔަކުވެސް ބޭނުންކުރާ ބޭނުންތަކާ ބަޔަކީ ކެމިކަލްތަކަށް ނުރައްކާތެރިވެގެން ގެތަކުން ހުރި އެއްޗެކެވެ. އެކަމަކު އޭގެ
ބާވަތުން އެނގޭ ނުރައްކާތެރި ކެނޑިކަމާ ފޮނިސިލިން، ސްޓެރޮއިޑްސް، އޮޕިއޮއިޑްސް، ކޮރިއެއްޗަށް ކެމިކަލް ސްޓީރޮއިޑްސް،
ސިފައިސިން ގަލަތު ގޮސް، ޑޭޓާބޭސް، ފެރިސިން، ސިގިރެޓް، ސިނތެޓިކް ވިޓަމިނަސް (ބާއިރުން، ނިކޮޓިން ފަދަ)،
އަލްކޮހޯލް، ކޮރޮނާ، ލިތިއަމް އެސްޓްރޮޖެން، އިންސިޔުލިން، އެންޓިބަޔޮޓިކް އަދި އެބައި އެއްޗެހިވެސް އާންމުކޮށް ބޭނުންކުރާ
އެހެން ބޭސްތަކެވެ.

މި ސުވާލަށް އަންގާ ފަރުވާތެރިކަމާއެކު ވިސްނުން މުހިންމެވެ.
ބިރުގެގައި އަސަރުފޯރައިވާ ނިއުޒީލެންޑްގެ ކޮންސްޓިޓިއުޝަންސް އާއި އެބައުކީގެ އުފެއްދުންތެރިކަމުގެ ބޭނުމުގައި މީހުން ބޭނުންވާ ސިންގަޕޫރު ވިޓަމިންސް އާއި އޮކްސިން އެކްސްޕެރިމެންޓްސް އިން މިހާރު މަރާލަނީ ވިޔަގަނޑުގެ ސޮފްޓްވެއަރގައި، ވަރަށް ގިނަ ފަހަރަށް ހަރަކާތަށް ވަރުގަދަން ފަސް މިންވަރުގެ ތެރޭގަ އެވެ. ބިރުގެގައި އަސަރުފޯރައިވާ ގުދުރަތީ އެންޓިބަޔޮޓިކްސްގެ ބޭނުންގައި 1951 ވަނަ އަހަރު، 324 މިލިއަން، އަދި 1952 ވަނަ އަހަރު އިންސާނާގެ ދޭގައި ހަމައެކަނި 350 މިލިއަން ޑޮލަރު ޖެހިސިލުން އިންގިލާބު ކުރި އެވެ.

އިންސާނާގެ ހަރަކާތްތަކަށް މަސްތުވާތަކުގެ ތަޖުރިބާކުރުމަށްފަހު، އަސަރުފޯރާލީސް ޑުރަގްތެރަޕީން، ބައެއް ފަހަރު ފަސް ދުވަ މިންވަރުގެ ތެރޭގައި އެބައް ހޭލުން ބޮޑުވެ މަރުވާއިރު، ދިރިހުރުން މީހުންނަށް ގިނަ ބަލިތަކެއް ކުރިމަތިވެއްޖެ ހުން، އެލެޖީ، ފުރުޤާނާ، ބޮޑުބޯކުރުމުގެ އެސްޓިމާ، ޖެހިލުވަކަރުތަކެއް، ސްޓޮކްސިސް އޮޅު ދަ ލިވަރ، ޖެންގަލީ، ނަފްރަތުތަކެއް، އެލަރޖީސް ހިޔާތެރި، ސިޓީ ސިސްޓަމްތަކެއް ކުރި އެވެ.

މި މަރުހަލާއި ބަލިބައެއް ދެދުވެރިވުމުގައި އެ ބޭސްތަކުގެ ޖެންރާއަން ފިލަވާލައި، ހަރިގަނޑުގެ ސުޕަރ ޝަންސިޓިވިޓީގެ ޖެންމާ އުފެދިގެން މީހުން އެދެއެވެ. އެކަމަކު މި ސުޕަރ ސެންސިޓިވިޓީ އަށް ދެދުވެރިވަނީ ކޮން ސަބަބަކާ ހުރެތޯ ސުވާލު ކުރުމުން އެމީހުން ސުވާލުގެ މައްސަލަ ފާއިތުވަނީ ހިތްދަތިކަމާއެކުގައެވެ.

އަހަރެންގެ ނިކަމެތި ދަރިންނަށް ކުރިން އަހަރަކު އެބައް ފަހަރަކު މިފަދަ ބަލިބަލާއި ހަމަގެ ބަލިބަލުގެ އަސަރު ކުރިއެވެ.
އަލްގަނޑުމަން އަބަދުވެސް މަސައްކަތެއް ކުރާނީ އެމީހުން ކޮއި ކާނާގެ ކުރު ރެއްދަން ކަމަށާއި، ބޭސް ސިޓީގެ ބަންޑުއްވެއް ދިން ޓެސްޓުން ދުވަހަކުވެސް އެމީހުން ލިބިގަތުމަށް ބޭނުގެ ނުރައްކާތެރިކަމާ ބަހައްޓާލަން އެއްވެސް ބަހާއް ނުބެނި ކަމަށެވެ. އެބައް މިލިއަން ބޮޑުކަ ފުދޭއިން އަލްގަނޑުމަން ގަޓުވެރިތަކެ ބާރަކީ ބާޓުލެއްގަ ހަމައެކަނި މީހުންނަށް ފަރުވާ ދިނުމަށް ކުރާ އެއްޗެއް ކަމަށާއި، އެމީހުން ބޭފުޅުން ޝުކުރު ކަމަށެވެ. އެއްގަޑަކު އަހަރެންގެ ދެ ކުދިން ވެސް ޖެންރާއިގެ ބޭރު ޖެހިގަން އެއްދުވަހަކު ބާއްވާގައި ޓިއްބެވެ.
އަހަރެމެންނަށް ލިބުނު ހައިރާންކަމެއް ކުރިމަތިވީ، ޖެންރާލިއަކު އެދުމުންނަށް އެކަމަކު ޖެހޭ ބޭރުމަޖެހުނުކަމެއް ޝުކުރުކަން އަހަރެމެންނަށް އަނގައެވެ. މިއަދު އެއްސެ މައިންބަފައިންނަށް އެފަދަ ނުރައްކާލެގެ އިންޖެކްޓް ދިނުން ޝުކުރު އެއްސެ މައިންބަފައިންނަށް ސަލާމަތުގެ ވެރިބައް ޚުދުޝްމްދިނުމަށް ކުރެވޭނެ ކަމެއް ނެތެވެ.

މިޖަމާނާގައި އަންގާ ނުރައްކާތެރި މަސްތުވާތަކުގެ ބޭނުން ދުވަހަކު ނަގާފައި ފެއިދާކުރި ކޮންމެވެސް ބައެއްގެ ގޮތުގައި ޗޯނި ފަތުރަތަކާއި ޝައުގުވެރި ތަސްވީރުތަކުގެ އެހީގައި މަގުބޫލުވާ ގޮތް ބެލިގަތީ ހިތާމަކުރި ކަމުކެވެ. މަކި ޗެއްދުނުތަކާއިގައި، ހަމަކަހަލަ

ބޭސްވެރިކަމާއި ބޭސްވެރިކަން ވިޔަފާރިވެރިކަމާއި ފައިދާ ހުރުމުގެ ފަރަންސް ބޭޒް ކަންބޭޒްފުންތަކަކަން ބަދަލުވެފައިވެއެވެ.

ރޯ ކެއުމުން އެއްފަހަރާ ހުރިހާ ބާވަތެއްގެ މަސްތުވާތަކެތި ބޭނުންކުރުމަށް ނިމުމެއް އަންނާނެ ކަމަށާއި، ސަބަބަކީ ބަލިތައް ނަތީ ހާލަތުގައި ގެދޮރުތަކީ ގޮތުން މަސްތުވާތަކެތީގެ ބޭނުމެއް ނުހުންނާނީއެވެ.
ބަލިތަކަކީ ކާބޯތަކެތި ހަލާކުވުމުގެ އުފެއްދުންތަކެވެ؛ އެކަންކަން ފަތަހަ ކުރެވޭނީ، އެހެންކަމުން، އަލުގަނޑުމެން ކެއުން އިސްލާހުކުރެވިގެންނެވެ. މަސްތުވާތަކެތީގެ ޖަރީމާއިން ބަލިތައް ފަތަހަ ކުރުމަށް އަލުގަނޑުމެން ކުރާ ހުރިހާ މަސައްކަތަކީ، އިންތިހާއަށް ނުރައްކާތެރި، ބައްދަލު ނަތީ ތަޢުރީބާތަކަށް ކަމުގައި ވާއިރު، އެއީ ސާކާރުއްޒުބޫމަން ކަސްޓަމަރުގެއިވާ ތަޢުރީބާތަކެވެ.
މާކެޓިސް ޤަބޫލުކުރެވޭ ސިޔާސަތު ދުނިޔޭ އަހަރުތަކުގެ މުނަން ބަދަލުއަޅައިގެން ހުރެއެވެ.

އާ ބާވަތްތަކުގެ ބަލިތައް މެދުނުކެނޑި ފެންނަމުންދެއެވެ؛ ކުޅަދާން
ބަލިތަކަށް ޖާގަ ދިބެނީ އިތުރު ސިޔާސަތު ބަލިތަކަށެވެ. ނަތީޖާއަކީ ގޮތުން ފުރިހަމަން މެދުނުކެނޑި އާ ބާވަތްތަކުގެ ސިޔާސީތަކާއި ވޮލަސިންތައް ތަޢާރުފުކުރަން، ވަރުގަދަ އަދި ވަރުގަދަ އިންޖެކްޝަން ހުރައި، މަޢުލޫމާތު ހޯސްޕިޓަލާއި އުދަނގޫތަކާއި މުސީބާތްތަކުގެ މާޙައުލުގެ ތެރެއަށް ވަދެއެވެ.

މިގެ ކުރިން ނުފެންނަ އަދި އަސާސީ ބަދަލެއް މެދުވެރިވި ސައިންސްގެ ދާއިރާއަށް ގެންނަން ޖެހޭ އެވެ. ތަދުވެރި އަދި އާންމު ދުނިޔޭގެ ހުރިހާ ޖަލްސާތަކުން އެއްފަހަރާ ތަދުވެ، އިންސާނީ ފުރުޞަތުތައް ހުއްޓުވާލުމަށް އިންޖެކްޝަނަށް ރޯ މެޑިކަލް ނަޒަރިއްޔާތުތަކާއި ހިލޭ ފައިސާދެވޭތަކުގެ އަޅާން ޖެހޭ އެވެ.

ކުރު ވިސްނުމެއްގެ މީހުންގެ ނަފުސުގައި ރޯ ކެއުމަކީ އެއްވަރެވެ
ތަރިކާގެ ކުރީގެ އިންސާނާގެ އާސާރީ ދިރިއުޅުމަން އަނބުރާ އައުން. ޚަރަދުތަކުގައި ކެއްކާއި ސަފުރާތަކުގެ އަލީގައި ރަސްމީ ކަރަންޓުތަކެއް ބޭޒް ބުނާނަމަވެސް ތަޢުލީމުގެ ނިންމާލެވެ. ރޯ ކާ މީހާ ހަމައެކަނި ތަޢުލީމުގެ ކަމަށް ބޭނާ ބަލިތަކުގެ ސަބަބުން ކުރިމަތިވާ ނިކަމެތިކަން ދުނިޔެއަށް، ތަޢުލީމުން އަނާރައްކާ ދިރިއުޅުމާ ޒަންސީ ކުރިއަރުވާ އިންސާނީ ކުރިމަތީ ސަރުކާރެއްގެ ބަހާކަން ނަތީއްސާ ފަތުރާ ބަދަލުކުރުމަށް ދުރާލާ ހަދައެވެ. އެހެން ދުނިޔެދެ ފާހަގަ ދުރައްކާމާއި، ފަހުގެ މަސްތު ދުރަކުރުމަށާއި ނަފުސު ޕިނާތުރާ ތެޔޮގައި މާދާ ތަޖުރިބާ ބޭނުންކުރުމުގެ ފަސޭހަކަމުން އަނާ ދުނިޔެއަށްވެއެވެ.

ގަދަހިތްތަކާއި ވަންދަން ފުރިހަމަ ވީދިން ހާޒީން އަދި ޖާހިލުކަމުން އަބަދުވެސް ކަމާލުގައި ހުންނަ ކާނާ ކެއުމަށް ގޮތުގައި އޯގާތެރިކަމުގެ ގޮތުގައި ދުކަމުން އެންނަ ބައެކެވެ. އަދި މިހާރު ފުރަތަމަ ފަހަރަށް ރޯ ކެއުމުގެ ވާހަކަ އަޅުއަހާއިރު، އެމީހުން އެއީ އާދަތާ ހިލާފު އަދި ޝައުގުވެރި ކަމެއްގެ ގޮތުގައި ދެކެއިރު، ހަމަގޮތުގައި އެންމެ ދީނައިން ފެންނަނީ ހަމަ ކަމެއްގައިގެން ގޮތުގައި ކާނާގެ ޖެޖްނަރޭޝަން އެވެ

ގުދުރަތީ ރޫޙް، އާދަމާ ހިމާޔަ އަދި ޝައުޤުވެރިކަން ހުރި، އަދި އިންސާނުން ކުރި އެންމެ ބޮޑު މުޢުޖިޒާތުގެ ގޮތުގައި ތަޢާރުފުގައި ރަކާތް ކުރަން ޖެހޭ އެއްޗެކެވެ.

ކުލޯޔް-އިޖިޕްޝަން އެންޖެލް ޖެރަލް ތެރަޕީ އަދި ހީލިންގ ދެ...
ހިއުމަން ރޫޙް ޖޫ އަޅަށް އެނިހިލޭޝަން

އެއް ޒަމާނެއްގައި މި ބިމުގައި ހިނގި ވައްތަރެއްގެ މެޓާފިޒިކަލް ޖަނަވާރުތަކެއް ދިރިއުޅުއްވުން އައިސް، އޭގެ ފަހުން މުޅިން ނެތިދިއުމާ ދިމާވެފައިވާ އެވެ. މިހާރު އިންސާނާ މި ބިމުގެ ބިމުން އައްޔުވަރަކާ އޭނާ ނައްޓާލާނެ ފަދަ ނުރައްކަލުގެ ހާލަތްތަކަށް އުފެއްދަނީ އޭނާގެ އަމިއްލަ އަތުންނެވެ. ކާބޯތަކެތި ހަލާކުވުމުގެ ފޮރުޝޮނުން އެއްވަރަށް، އެކިއެކި ބާވަތްތަކުގެ ތަފާތުކަމާ ހިސާބަށް އިތުރުވެއްޖެ. އިތުރު އެތައް ޖީވެއް ފާއިތުވުމުގެ ކުރިން ފުރާވަރުގެ އުމުރު ފުރުމުގެ ކުރިން ކާޑު ވެސްޓިއުމުރު ބަލިތަކުން ނުވަތަ ކޮންސަރުން މަރުވެ، ދަރިން ހެދުމުގެ ގޯބިތަކުން ތެރައްޓި ކުރުމުގެ ފުރުޞަތު ލިބިގެންނުދެއެވެ. މިދިޔަ މަދު ދިހަވަރަކަށް އަހަރު ތެރޭގައި އެ ބަލިތައް އިތުރުވެފައިވާ ބިރުވެރި ސްޕީޝީގެ މައްޗަށް ބިނާކޮށް، ފިރިހެނުން އަދިވެސް އަމިއްލަ މުޢުޖިޒާތުގައި ދުލުތިބިނަމަ، އެ ތަފާސީލުތަކުގެ ދުވަސް ދުރު ނުވާނެއެވެ.

ކައްކާފައި ކެއުމާއި މަސްތުވާތަކެތީގެ ފެތުވާގެ ފައިދާ ފާރަވެރިކަމާ ސައިންސްވެރިއާއި ބަނގުރާޖެހުމުގެ މަގުމަތީގައި ހުރި ވިޔަފާރިވެރިޔާ ފަދައިން، އޭނާގެ މޫނުން ބަލަހައްޓައިގެން ހުންނަ އެބައް މިޔައަށް ގެއްލުންތަކަށް ވެ މަރާލައިގެން ހުރެ، ފައިސާ ފޮނި ގަނޑުން އުފާވާ މިހާ ފަދައިންނެވެ. ކޮންމެ ވިޔަފާރިއެއްގެ ފަސް އެންމެ ފަހުގެ ނަތީޖާ ނިންމުން ޖެހޭނީ އެ ވިޔަފާރިއެއްގެ ފައިނަލް ބޮޑުންސް ޝީޓުންނެވެ. ކައްކުމާއި ބާސްވެރިކަމުގެ ގުދުރަތުން ތަހުޅުވަނީ އިންސާނާއަށް ލިބޭފައިވާ ކާން ފައިދާތަކާއި ފައިދާތަކެއްގެ ބަދަލާ ހިނގާނެވެ. އިންސާނާއާ އެހެން އެއްވެސް އުފެއްދުމަކަށްވުރެ ބޮޑަށް ތަޣައްޔަރު ބަލިތަކަށް ތަބާވެއެވެ.

އެ ވިޔަފާރިތައް ގުދުރަތުގެ، އިންސާނުންނަށް އެއްފަދަ ވިސްނުން ބުއްދިވެރިކަމެއް ޢޫނުނަށް ޖެހުނީ، ކައްކައިގެން އޭނާ ގުދުރަތީ ކާނާގައި އޭނާ ނައްޓާލާނީ، އެ މާއްދާތައް ނަތީޖާން އޭނާގެ ނިމުން އަވަސްވެގެންދާ ކަމެވެ. އެ ކުނި އެއްފަދަ ނިމުމަކަށް ގެންދެ، ގުދުރަތީ ކާނާގެ ދިރުމާ ނިސްބަތް ޖީޖެނެރޭޝަން އިން ދަރުކާތެރި ކުރަން ޖެހުނެވެ. އެކަމަކު ކައްކާ ކާނާގެ ޝައުޤުވެރިކަން އެހާ ބޮޑުކަމުން އޭގެ އިސްތިހާރުތަކަން ކުރާ މިފަދަ ހުރިހާ މަސައްކަތެއް ނާކާމިޔާބުވެފައިވާ ކަމެކެވެ. އެޖެކްޝަން ސައިންސް ފަރަގަތަން އެ ނަގައެވެ

އޭގެ ފައިގެ ތެރެއަށް ވަދެއެވެ. މީގެ އިތުރުން އަދިވެސް ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާގައި ބޮޑަށް ހިފަހައްޓައިގެން ތިބި ފުދިހުރުނުން ކާބޯތަކެތީގެ ސިއްރުތަކުގެ ތެރެއަށް ވަދެ، ކައްކައި ޖުޑީޝަލްކުރުމުގައި ހަރަކާތާ އެ މާއްދާތައް ދެނެގަނެ، އޭގެ ބަދަލުގައި ސިންތެޓިކް މާއްދާތައް އުފެއްދުމަށް މަސައްކަތް ކުރެއެވެ. އަދިއްޔާ އަތުން އެ މުރިނދު މާއްދާތައް އަންދާލައި ނައްތާލައި، ބަދަލު، ގޮބުރުގެ އައްސޭރިގައި ހުރި، ދެން މަކަރުވެރި ވަސީލަތްތަކުން އަދިއްލައަށް ސަލާމަތްވުމަށް އުއްމީދު ގެއްލިފައިވާ މަސައްކަތްތަކެއް ކުރުމަކީ މޮޅަކަމެއް ނޫން ހެއްޔެވެ؟ އަޅުގަނޑުމެން ހަނދާންގައި ބަހައްޓަން ޖެހޭ ކަމަކީ، އެ މާއްދާތަކަކީ ހަމައެކަނި ބަޔޮލޮޖިކަލް ދުނިޔަގަނޑަ 40އަހަރު 50ވީބަހުން އަހަރު ހިސާބުބޮޑާ މާއްދާތަކެއް ނޫންކަމެވެ.

އެއީ އެހާ ޑީސަ އެއްޗެހި ކަމުން ކުރިއަށް އޮތް އެތައް ހާސް އަހަރަކުން ފެށި އެތަކެތީގެ ކާބޯހައިޑްރޭޓް އަދި ކުއަންޓިޓީތަކުގެ ޕްރޮޓީނާތަކުގެ ބަޔަކާ ތަސްވީރެއް އުފެއްދުމަށް ކުރެވޭނެ ކަމެއް ނޫނެވެ. އެއްދުވަހަކު ސައިންސްވެރިންނަށް އެމީހުންގެ ހުރިހާ ވައްތަރެއް ދެނެގަތުމަށް ކާމިޔާބު ލިބިދާނެ ކަމަށް ކުޑައިރުކޮށް ރިޔާސީ ހިސާބުން ހިނގާނެއެވެ. ދެން، ހަމައެކަނި ހަނދުމުން އުޅެވޭ މާއްދާތައް އާބާދުކޮށް ވަސީލަތްތަކުން ބަދަލުކުރުމަށްބަލައި، ކާނާގެ ފުރުދުތަކުންވެސް އެތައް ހާސް ބާސް ސިޓީއާއި ބައްދަލުތަކެއް ބޭނުންވާނެ، އެކަމުގައި ކުރާ މަސާ ހަރަދުތަކުގެ ވާހަކަ ނުދައްކާ.

ވަކިވަކި ވައްތަރުގެ ގޯތާއި ތަރުކާރީ އަދި ދަނޑުވެރިކަމުގެ ބާވަތްތަކުގެ މައްޗަށް ކުރުވުނު ދިރާސާތަކުން ކާނާއަށް އެޅުމާއި ވަގުތާ ބަހައްޓައިގެން އަދިއްޔާއަށް ސާބިތުކޮށްދީފައި ގުދުރަތީ ކާނާއަށް ގާތްގަނޑަކަށް ކާނާގެ ބާވަތްތަކުގެ ބައްޔާއި ރަސްގެފާނުގެ ސިފަ ލިބިފައިވާ އެއްޗެހިތަކެވެ. އެކަމަކު އިންސާނާގެ ޖަރާސީމު ކުޑައިރުއްސުރެ ހަމައެކަނި ގުދުރަތީ ކާނާ ކާންދިޔަ ނަމަ އެ ބަލިތަކުން މިނިވަންވާނެ ކަމަށް މިހެން ގަބޫލުކުރެވޭ ބައްޔާ ނުވާ އެވެ. ހަމަ ފުދުނިއްސުރެ ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާ ކައުމުން ދުރުހެލިވުމުގެ ޒިންމާ ވެސް ސަލާމަތް ވިސްނުމުގެ ގާބިލުކަމުން މަރުދާވެ، ދެން ސައިންސް އެޖެންސީތަކުން އޭގެ ޖަގަ ދޫކޮށްލައެވެ.

ގުދުރަތީ ކާނާއަށް ހަމައެކަނި ވަޒީފާ ފަރުވާގެ ވަސީލަތްތަކުގެ ގޮތުގައި ޕްލާންޓަން ބޭނުންކުރެވޭނެ ނުވާނެއެވެ. އެއީ އިންސާނާއަށް އެކަށީގެންވާ ހަމައެކަނި ކާނާގެ ގޮތުގައި ކަނޑައަޅަން ޖެހެއެވެ

ޑީން ފުރޮޓޯޓައިޕް ގާތްބަރުން ޖެހޭ ތެރޭގެ ކުރިއަށްދާނެއެވެ. އޭގެ ތެރެއިން ބައެއް މީހުން މަސްތަކާއި ފަރުވާއިން ލިބޭ ނުހަމަޖެހުން ނަގާލާތަކުން މާލަސްކޮށް، ޖެނެޓިކް ފުރުޒަތު ސަބަބުން ދުވަސް، ފްރޮފެސަރސްގެ އަސާސީ މަސައްކަތް ދިރާސާކުރުމަން ހުއްޓާލައެވެ. އޭގެ ތެރޭގައި މަޝްހޫރު ސޮފީ ފްރީޝަން ޕްރޮޖެކްޓް-ބޭނުން ފަށް ހިމެނޭ، އޭނާގެ ޖަރުމަން ދިރާސާއިން ހަލާކުވެދާނެ އަރިމަތިން ފާރަވެރި ތަރުޖަމާކުރާ ތަރުތީބުކޮށްދީފައިވާ ކަމެވެ. މެޖިކަލް ކުރިއަރާ ފުދުނުއިރު ބޭރަ ބޭނުން ވެގެން ދިރާއި އެގޮތަށެވެ

މިހާރު ތަރުތީބުއްދަލު ކުރުމުގެ އުސޫލުތަކުން މާދޫސްފެ، ގެދުރަޖީ ކާނާގެ ނިއުޓްރިޓިވް ވެލިއުތަކަށް އަސާސް އަހުލުވެރިވެވަޑައިގަތުމުން، ގެދުރަޖީ ނިއުޓްރިޝަންގެ އެހީގައި، އެއްވެސް ބޭހެއް ނެތި، އާސާގެ ބަލިމީހުންނަށް ފަރުވާ ދޭން ފެށިއެވެ. ވަރަށް އަވަހަށް މުޅި ދުނިޔޭގެ އެކި ޤައުމުތަކުގެ ފަރާތުން އެއްވެސް ނަތީޖާއެއް ނުލިބި ނާކާމިޔާބުވެފައިވާ ގިނަ އަދަދެއްގެ ބަލިމީހުން ޓްރިޓްގައި ހުންނަ އާސާގެ ސަޕްލިމަންޓް ޑޯސް ވަރަށް ކުރު މުއްދަތެއްގެ ތެރޭގައި ރޯ ޕީޓަރސަން އިން ފުރިހަމަ ފަރުވާއެއް ހޯދައެވެ.

އެކަމަކު ބޮޑާ-ބޮނަކ ދެކޮޅުވެރިގައިވީ ރޯ ކާނާއަކީ "ތެރަޕިއުޓިކް ވަސީލަތެއްގެ ގޮތުގައި" ކަމަށާއި، އެއީ ހުރިހާ އުފެއްދުންތަކަކަށް ވަސް ފޫޑް ހަމައެކަނި ޖައިބުއްގެ ގޮތުގައި ނޫނެވެ. ފެކްޓަރީސްނަން ކުރެއިދުމްސަރު ގެދުރަޖީ ނޫން ކާނާތަކުން ތަރުތީބުއްދަލު ދިނުމާއި، ދެން ބަލިވެ، އުމުރުން ދުވަސްވީއިރު "ތެރަޕިއުޓިކް ޖައިބު" އިން ޝިފާ ލިބުމަށް ފާރިމުވާ ފަރުވައިންނެވެ. އެކަމަކު މި ފާރުވާ ފެރަޖުކުރުމުގެ ކަސްޓަމަރުގެން ސަބަބުތަކެއް ހުއްޓެވެ. ފުރަތަމަ ކަމަކީ، ކައްކާފައި ކައުމަކީ އެޖެކްޝަނެއް ކަމާއި، ކައްކާ ކާނާއަށް މީހުންނަށް ކުރާ އެދުމަކީ ބަސްޖެހުރުހުނަކާއި ބޭސްބައްދުނުންތަކުން ހުންނަކަން ވިސްނާ މީހަކު ދުނިޔޭގައި ނެތް، ދެ ނިއުޓްރިޝަންގެ އެންމެ އިސް މާއިރު ބޮރަކަރު-ބޮނަކ ފަސް ނުތެވ އެ ގޮއިތަކެވެ.

ދެން ޖީނޯޓައިޕްގެ ގޮތުގައި ބޮޑާ-ބޮނަކ ވަނީ މިހާރު ހުރި ބަލިތަކަށް ފަރުވާ ދިނުމަށް ތަމްރީނު ލިބިފައެވެ. އިންސާނުން ހުރިހާ ބައްދަލުތަކުން މިނިވަންކަމުގެ ނިއުޓްރިޝަންގެ ނިޔާމަތަކުން އާންމުކޮށް ވަކާލާތު ކުރިނަމަ އެއްވެސް މީހަކު އާސާއަކުން އެއްވެސް ފައިދާ ނުދައްކާނެ، ނުވަތަ ސިޓީއަސްޓެޓް ނުނަގާނެއެވެ.

މިފަދަ ނިއުޓްރިޝަނާ ގުޅޭ އިދިކޮޅު ދެ ވިސްނުމެއް އެބަހުއްޓެވެ.
އޭގެ ތެރެއިން އެކަކު ރޯ-އީޖީން ދިރުމުގެ ކުރާއިރު، އަނެއް މިހާ ކައްކާ ކާނާއަށް އިސްކަންދެއެވެ؛ އޭގެ ތެރެއިން އެކަކު ވީގަނިޒަމް އަށް ވަކާލާތު ކުރާއިރު އަނެއް މިހާ އިސްކަންދޭނީ ޖަނަވާރުގެ ކާއްކަށެވެ. މިހާރު ސައިންސަކީ ސިޔާސީ ކަމެއް ނޫނެވެ. ގޮސް ނަޝަރީއްޔާތުތައް ގެންގުޅޭ މީހާއަށް އާސާގެ ގެސް އަދި ގުޅުން ހުރި ޒިޔާރަތްތަކާއި މައުލޫމާތު ކުރިއްޔާގެ ގޮތްކަން ކުރުމުގެ ހަސްބެއް ނެތެވެ. އެ ދޭ ނަޝަރީއްޔާތުތައް ބައިނަލްއަޤްވާމީ އިލްމީ އަދި ސައިންސްގެ ދިރާސާތަކުގެ ބޮޑަށް، ގޮސް ނަޝަރީއްޔާތުތައް ކުރިއެރުވުމާއި، ހަޤީޤީ ނަޝަރީއްޔާތުތައް އާންމުކުރުމަށް އިޖުތިމާޢީ ގޮތުން ކުރެވޭ ފައިދާ ތަކުރާރުކުރާ ގޮތަށް ބާރުލާ ދަށްޔާތެވެ.

ފުރަތަމަ ނަޒަރުން ބަލާއިރު، މައްސަލައިގެ ތެރެއަށް ވަންނަން ބޭނުން ނުވާ އެ ސާފު ވިސްނުމުގެ މީހުން ހިފެހެއްޓި ދެ ކުރުމުގެ އުންމީދަށް އަވަހަށް ހަމަގޮތް ކުރުވާނެ ކަމެއް ނޫން ކަމަށާއި، ފުރިހަމަނަން އެމީހުންގެ ފުން ބިންގަލެއް ދޫކޮށްލަން މާ ތައްޔާރުން ނޭޅިބަސް ކަމަކަށް އާދަވެކެވެ. އެކަމަކު މިއީ އަޅުވ

އެޕްލިކޭޝަން، ސަޕޯޓިންގެ ޓޫލްސް. ސަރވިސް ސަޕޯޓިން އެޕްލިކޭޝަން އާއި ވަޔަރލެސް ޑިވައިސް. އަދިގަސްދުގެން ފުރިހަމަ ގޮތުގައި ގަބޫލުކުރަންޖެހޭ ކަމަށް
ތި ކާނާއަޅާ އިންސާނުންގެ ޖަރާސީމުން އެކަށީގެންވާ ހަޔާ އަދި ފުރިހަމަ ތި މެޑިކަލް ކަމާއި، އޭގެ ފަހުން އަމިއްލަ ނަފްސާނީ ދަރިންގެ ތި މެޑިކަލް
ޗެކްއަޕް ކުރަން ބޭނުންވާ މީހުން އެކަން ކުރަން ދުވާލުތެރޭގައި.

ފުރިހަމަ ކަމަކަށް އަދިގަސްދުގެން ތި-އީޖީއެސް އިން ލިބޭ ތަޖުރިބާގެ ބޭނުން ހިފަން ޖެހޭނީ ނިއުޓްރިޝަންގެ ސަޕޯޓްގައި
އާންމުކޮށްވާ ދޫކު ހިއާލުތަށް އެއްގަލަކާ އިސްލާހުކުރުމަށް ސިޔާސަތަކީ ފެއިދާރާ. ސާރކަލް ވިއްސަނޫނީ ކަމަށް، އެއްވެސް އިސްތިސްނާއެއް
ނެތި، ބޭނުކަމާއި މީހުންނާއި، ބޭނުމީހުންނާއި، ބަނގުރާ އެޓްލާންޓިކާއި އެހެނިހެން ބޭނުމަށް ޖެހިލުއްވާ މީހުންނަށް ތި ކާނާ މަސައްކަތް ހުރި
ހާލަތްތަކުގައި، ބޭނުމީހުންނަށް ޝިފާ ލިބި، ދުވަހުއްޖެއްސާއި، ވަރުގަދަ ވާނީ ހަމަ އެ ރަނގަޅު ކާނާ ކަމެވެ .

މިފަދަ ހާލަތްތަކުގައި މާނަ ނެތި އާދައިގެ ކަނޑައެޅޭ ސިފަތަކުގެ ނުހިނގާ.
އެއާ ހިލާފަށް ބޭނުމާ މާނަ ހާދަހާ ގުޅުމެއް ނުވަތަ އެކަމަކަށް ދުވަހު ހަމަވާ؛ އާންމަކަށް ކަސްބާގައި ހުރިހާ ކާނާ ބޭނުފަށް ހިތި
ނަމަވެސް އަހަރުގެން އާންމަކަށް ވިސްނައިދޭނެ ތަނާވަލުއް އިތުރު ކާނާ ކަމުގެކަން؛ އަހަރުގެން ކުރެވޭގޮތުން އެތެރެ މާފާ ފުރިހަމަ، ކަރާފައި ހުރި
ކާއްސަވާ ގިނަކަމުގެ އާންމާ ކަރުތަރުތަކަށް ވަޒަނުކުރެވޭ. އެހެން ފަރާކަށް ބޭނުނުގަ، އެމީހުން ބެލުމަށްކަމާއި ނާފާތު ހަރަކާތުގެ ސަބަބަކަށް ވެގެންވާ
ހަމަ އެ ކާނާތަކާ ކާއްމަށް މަސްދޫތަކާ އެމީހުންގެ ނިމުމާއި އަވަސްކުރެވޭ. މިބާވަތުގެ އާދަކާފާނަ ކާއްޒާ އިސްތިހާރަށް ކުރުމަށް އެކަށީގެން
ވަރުގަ ނުތޭރި މަރުވާ މީހުންގެ އަދަދު 50އިންސައްތަ މަދުވެގެންދެވެ.

އެހެންގޮތަކަށް މިފަހަރަ ކަމަށް ގެދުރަށް އަދުގަނޑުވެރިންނަށް ގަބޫލުކުރުމަށް ބަސްމުގަހެއް

އަޅި ތި ކަމުން މަދު މަސްތާގަކަށް އަމަލު ރާގަހެން ކަންޓްރޯލް ކުރަން ނޫން އެހެން ވަސީލަތައް ނޫން ކަމަށާއި، މި ތަޖުރިބާ ޒާންމު ބެއްދިފައި
މީހާ ވެސް ބުރައި ކުރަން ޖެހޭ ކަމަށް. މިއީ މިހާރަށް ނިއުޓްރިޝަންގެ ބާރާގަހެން މީހާ ހުރި ގެސް އަދި ފުރުއަތު ނަޖުރިއްޔާތަކަށް އެންމެ
ފަހުގެ ނިމުމުގެ އަންނާނެ ކަމެކެވެ.

ތި ކާއްމުގެ އަދިގައި ނިއުޓްރިޝަންގެ އަސާސީ އުސޫލުތަށް މީހާ ނަތީޖާ
ޑޮނިވަރސިޓީތަކާއި ރިސާރޗް އިންސްޓިޓިއުޓްތަކުގައި ބަންދުކުރެވިފައި ހުރިން؛ އޭގެ ބަދަލުގައި އެއީ ހުރިހާ އިންސާނުންނަށް ވެސް
އެންމެ މުހިންމު ކަންތައްތަކަކަން ވެގެންދެއެވެ. އާދައިގެ މީހުންނަށް، އެކަށް ހުސް ކާނާއަށްގެ ސަޔަންޓިފިކް ނަތީޖާތައް، އެތަކެތީގެ
މުއްސަނދި ފުރިޢުގަތާއި، އެތަކެތީގެ ނިއުޓްރިޝަން ފުރާފިބިޓާއި ފައިދާ ކަމަށް ބޭލޫ ދިގު، ވަރުބަލި ސިފަތައް ލިބެން ބަރަކަތް ހުށަހަ
ކުރުވިދާނެއެވެ

ހަމައެކަނި ބަސްތަކެއް: ރޯ ޕިޔަން ފުޅޭ، ނުވަތަ އިންސާނާގެ ހަރަކަތެއް ބޭނުންވާ ފުރިހަމަ ރޯ މެޝިނެއް އެވެ.

މިޒަމާނުގެ ރޯ ކުއްޖަށް ފަޔަށްދަނީ ބޭސްފަރުވާގެ ސައިންސުން ފަރިތަ އުސޫލުތަކަށް، އިތުރު ފުރުޞަތުތަކެއް ދެނެގަނެވޭ، ރޯބިޓް
އިން ބަދަލުކުރެވޭ އުސޫލުތަކަށް، އެއީ ދަރިވަރި ގުދުރަތުގެ ދާއިރާތަކުގެ ރޭވުންތަކާއި ފެހިވެރިކަމާއި ތަސްވީރު ތަރުތީބުވެރިކަން ދިރާސާކުރާ މާއްދާއެއް އެކީ
ނަތީޖާތަކެވެ.

އަހަރެމެން ދުވަހަކުވެސް އިންސާނީ ރޫހުގެ ނަޒާހަތްތެރިކަން ގެއްލިގެން ނުދާނެ
މެޝިނެއްވެސް

އިންސާނާގެ ހަރަކާތަކީ މުއްސަނދި ފޯކްލޯރިއަކެވެ. އަދިވެސް އެއީ ފޯކްލޯރިކަލް ނިޒާމުތަކުގެ ބޭނުމުގައި ދުނިޔޭގެ
ގޮތުގައި ދެކި، ފަޔަށް ނަގާ ކާމިލް ގޮތުގައި އޭގެ ޖަވާބުގައި މުސްކުރި ފޯކްލޯރިއަށް ކުރުގައި ފުރުން، އެ ފޯކްލޯރިކަލް ތަރުއީން
އެތަށް ފޯކްލޯރިކަލް އުކުޅުވެރިކަން ފާއިތުވެއެވެ. މިހާތަނަށް އަޑުއިވު ދިރާސާ ސައިންސްވެރިންނަށް ކާމިލް ސަޤާފީއައްޔަށް ފެސް
ދިރާސާ ބައިތަކުގެ ހޯދުމެއް އެވެ. ކާމިލް ގުޅުންތަކުގެ ނުވަތަ ގަނޑުވަރު އުކުޅުވެރިކަމާއި ގުޅޭ ތަސްވީރު މިފަދަ އެތަށް މިލިއަން ސަޤާފީތަކުގެ
ދައުރަށް ކަމަނާ، އެ ގުޅުންތަކާއި، ގަނޑުވަރުތަކާއި، ނިޒާމުތަކާއި، ކަރަކާތާއި، ހަރަކާތް އާއްކަތުތަކުން އިންސާނާގެ
ހަރަކާތް އުފެދުނެވެ.

އެމީހުންގެ މަސައްކަތުގެ ތަރިކަތަކުގެ ކުރިއަށް ގެންދިއުމަކީ ބައިތަކާއި، ފަރާތް މުއްސަނދި މި ފޯކްލޯރިކަލް ނިޒާމުތަކެވެ
ތަފާތު ދިރާސާ މަސައްކަތް ހިމެނޭ ރޯ މެޝިނެއް ފުރަތަމަ ކުރުގެ ޖަމާލުކުރެވުނެވެ. އެ ހުރިހާ މަސައްކަތްތަކާއި އިތުރު އަދިން އުކުޅުވެރިކަން މަސައްކަތްތައް
ކަމަނާއި، ގަސްދަކުރަމުން ދިރާސާކުރުމުން ހުރިހާ މަސައްކަތް ކަމަނާ ފެސް ވިދާޅުވި އެވެ. މިސާލަކަށް އާދޭސް، ފަހަރު ނުވަތަ ކަރަ
ދަނޑުއެއްގައި ތަސާވީރުގެ ތަޖުރިބާކަން ކާމިލް ބޭނުންވާ ހުރިހާ ނިއުބިލިވް މަސައްކަތް އަދި ޖަމާލުކުރެވުނެވެ. މިހާރު އެ
މަސައްކަތް އޮޅި ގަސްދަކުރަމުން އެ މަސައްކަތުގެ އުކުޅުވެރިކަމާއި ތަރިތީބުން ތަފާތުވި ނަމަވެސް، މިއީ މާބޮޑު ކަމެއް ނޫން،
ސަބަބަކީ އެ މަސައްކަތް ޖަމާލުކުރި ވަނަމަސްދަރު އެ މަސައްކަތް ފަޅައިގެން ގޮސް އަދިން ސިންގަލިސް ފެނުނީ އެވެ. މިޒަމާން
ޖަމާލުކުރި ބޭނުންވާ ގަތަން އޮޅި މަސައްކަތުގެ މިންވަރު ބަދަލުކުރުމަށް ނަމަވެސް ވަޔަ ކުރިއަށް އުފައްދަމުން ނެތް ހަރަކާތްތަކުގައި އެ
ގެއްލިގެން އުފައްދުން ޖަމާލުގެ ތަރިކައިގައި އުފައްދަމުން ނުވަތަ އެހެން އުފައްދަމުން ބަދަލު ނުކުރެވޭނެއެވެ.

މިސާލަކަށް ކުލަބަރުގައި ކުޅުނިއަށް، ވިޓަމިން ނުވަތަ ޕްރޮޓީންގެ ބޭނު މިންވަރެއް ލެބޮބްރީން ހޯދިފައެއް ނުވެއެވެ، އަދިވެސް ޖަނަވާރުތަކުން އެމީހުންގެ ހުރިހާ ވިޓަމިންތަކާއި މިނަރަލް ސަޕްލިމެންޓް ނަގައި، އެމީހުންގެ ބޮޑު ކަރިބަށް އުފެއްދުނީ ކުޅިވަރު އިންސާނި އަދިވެސް އާންމު ގަސްގަހާގެހިންގުން ، މަރާއި ސަރުކާރު އަށް. އެހެން ޑޮކްޓަރުން ބުނާނަމަ، ކަލްސިއަމް، ފޮސްފަރަސް، ވިޓަމިން އަދި "ފުރިހަމަ ބެލެންސްވޭ" ޕްރޮޓީންތަކުގެ މަސްދަރުތަކުގެ ގޮތުގައި ކުރު ވިސްނުމެއްގެ މީހުން ވަގުތު ކިރާއި ބަބުރާއި ޗީޒްއާއި ސިރިއަލްއާއި ފުރަމާ އަދި މަހުގެ ބަދަލުގައި ހަމައެކަނި ކުލަވަރު ވެދާނެ އެވެ ޖެހޭނީ، އެ ހުރިހާ މާއްދާތަކެއް އުފެދެނީ ކުލަވަރު އިން ކަމަށް ވާހަކައެވެ. އެހެންކަމުން، އުފެދެ ކާނާއެއްގައި ވެސް ވިޓަމިންއެއް ޑީނައިން ހުންނައިރު، އަނެއް ކާނާގައި ވެސް މަޑުދަނޑެއް ޑީނައިން ހުންނަ ކަމަށް ބުނެވޭ ފުދިން މާނައެއް ނެތް، އަށް ނެތް އަދި ގެއްލުމެއް ވެސް މައެވެ އެއްވެސް ބުނަނު ބުނެވޭ.

ޖަރާސީމުގައި ހިމެނޭ ނިއުޓްރިޝަން ކޮންސްޓިޓިއުއެންޓްތަކުގެ މައިގަނޑު މަސައްކަތްތަކަކީ...
ތިންގޮތަކަށް. ފުރަތަމަ ކަމަކަށް، އެއީ ގޯތިތަށް ހެދުމާއި އަތުރުވާ ޓިޝޫތަކާ ތަކެއީގެ ގޮތުގައި ޒިންމާދާރު އެއްޗަކަށް؛ ދެން އެމީހުން އެސިޑެތަށް ހަރަކާތްތެރިކަން ހިފެހެއްޓުމާއި ދިރުމަށް ބާރުލިބޭ ހަކަތަ އުފެއްދުމާއި، އަދި ފަހުން އެމީހުންގެ އުފެއްދުންތެރި ހަރަކާތްތަކަށް ބާރުލިބޭ ރާ މެޓީރިއަލްސް ހުއްދަ ސަލްތަކަށް ފުރުސަތު ދެއެވެ.

އަޅުގަނޑުމެންގެ ޖަރާސީމު ބަލަހައްޓަން ޖެހޭނީ އުފެއްދުންތެރިއަކު އެކަމާ ފުރިހަމަ ބަލަހައްޓާ ފުދޭއިން ފުރިހަމަ ކުރުމުގެ ގޮތުންނެވެ. އެބޭފުޅުން، ކުރިން ދަރުމަޔާ ތިން ދުމަ ކަރަތުގެ ހިސާބުގެ ހެދުމަވާ، އަޅުގަނޑުމެންގެ ހަރަކާތްތައް ބާރުލިބޭ ހުރިހާ ނިއުޓްރިޝަން ކޮންސްޓިޓިއުއެންޓްސް އެއް އިންޑިޕެންޑެންޓް ކޮމްބިނޭޝަން ގޮތުގައި ދިރުމަށް އަޅުގަނޑުމެން ހޯދަނަން ބޮޑުންދޭ ނިޔާވަނުމުގައި ފުރުސަތުދެނީ ޖެހެއެވެ.

އެހެން ނަމަވެސް، އެއްވެސް މާއްދާއެއްގައި އުނިކަމެއް ހުރުއްޖެނަމަ، މި ރަޖިސްޓަރީގެ ސަބަބުން ކާނާގެ ނަމުގައި ޖަރާސީމު އުފެއްދުމުގެ މަސައްކަތްތަކުގެ ތަރުތީބު އަސަރުކުރެއެއް ކުރާނެއެވެ.

އެކަމަކު މިއަދުގެ ތަރުބިއްޔަތު ބިލާ އަމިއްލަ ހަރަކާތް ފެށި ކަންތައް ކުރަން ދިރިހުރުމަށް ހުއްޓުމެވެ؟ އޭނާގެ ކާ ފެޑެރަލްގެ އިންޓްރޮޑިއުސްކޮށްފައި، އަދަބަވާއި، މުޅިކައި، ގެސްޓްރޯއިންޓެސްޓިނަލް ހަރަކާތްތަކަށް މަތިން ފައިދާ ހުރި އަދި ވީހަ މަސައްކަތް ބަލިވާ ފުރާވައެވެ. މިކަމަށް އޭނާ ވަނީ މާއްދާތައް ބޭނުންކުރަން އޭނާގެ ޖަރާސީމުގެ އެހެން ބޭނުންތަކަށްޓަކައި ބަދަލު ސިފަކަ ގެނައުމަށް އިސްކަމެވެ، އެހެން ކަންކަމުގެ މާއްދާތައް ކުރުމުގައި އެވަ ގޮތް އުނިކަމުގެ ހަރަކާތްތަކެވެ.

ކައްކާފައި ހުންނަ މަހުގެ ތެރެއިން ހުދު ޗޯރި، މުކަރުނީ، ރަވިއްސޮ، ފާނި އެއްޗެހި، ކުލާބުފައިޖް ބަޒަރ އަދި މާޒަރީން އުފައްދަނީ ފުދޭވަރަކަށް ސާފު ސްޓެރަލައިޒްކުރެވޭ ނާރުލޮލު، ޕްރަސެސިންގ ޝަކުތަކަކާވެ.

ޗީޒް 100، 50 ނުވަތަ 200 އަހަރު ކުރިން އިންސާނުންގެ ޖެނެޓިކްސް ޑިޒައިން ދިރާސާކުރި މާ ބޮޑަށް ތަނިމުމާ އެކު ކަމަށް ދިރާސާ ސައިންސްވެރިންނަށް ފެށޭހެއިން ސާބިތުކޮށްދީ އެވެ. އެދުވަސްވަރު އިންސާނުންނަށް ދިވެހި ބާރު ބޮޑުވެ، އިންސާނުންގެ ހަށިގަނޑަށް ގެދުރަށް ނުރުން ކާނާތަކަށް ކެތްކޮށް، ކާޅިތުވެން، ބާރަށްގިނަގުން، ޓާގެތުން އަދި މިފަދަ އެހެން ވަސީލަތްތަކަށް މިފަދަ މައްދާތައް މާދިރައިން ތަޖުރިބާކުރުން ހުއްޓުވާނެއެވެ. ނަމަވެސް ވަގުތު ފާއިތުވުމުން ވަރަށް އިންސާނުންގެ ޖަރާސީމު ޖެޖެނަރޭޓިވް ފެއިލް ކާނާގެ ފެރުޝަރަށް ބުރަނަބާ، އެތަކެއް "އެޕިޖެނެޓިކް"ގެ، ތެއްޔަ ކުރިންގެ ފަރުވާއި މުސްގެ ފަހުކަން މެދުކަނޑުލާއިރުތ ދޫކޮށްލައެވެ. މި ޗީޒުން ވެގެން ދިރާގި ފުރަތަމަ ބިނާކުރަން، ދަރުގެ ހުރިހާ ދަރިފަށް ފުރަ އެޗީޒުންގެ އަމިއްލަ އާންމުކޮށް ގުދާ ސާފު، އަގު ނަތީ، ހަރަކާތްތެރި ނަފާ ގޮވާތަކެއް. އެހެންވެ މިޖަމާޢަތުގެ ތެސްނާކަން މަދުވެ، ދުނިޔެ ފުރިހައިވަސް ހުރުރު، ގުދުރަތީ ނޫން ވަރުބަލިކަމުންނެވެ.

މިއަދު ޗީޒް ކުރިން އުފެއްދި އަދި ނަތިކަމުގެ ބިރުވެރި ބުރައަށް އެކުލަވާލެވެ
އަދި އިންއެކްސިވް ސަތަރަކާވެ. އެޗީޒުންގެ ސާފު ވިސްނުން ރިސްކުދޫނު މައިންބުފައިން ފުހުރުވެރިވަނީ އެޗީޒުންގެ ތެއްޔަ ކުރިންގެ ފަރުވާ ދުނިޔޭގެ ފަރުވާ މެދުކަނޑާލެވި. ބައެއް ފަހަރު މި ފަރުވާ ގުޅާލާ އެއް އަސަރު ޖަޙާލާތަ ވިސްނޭ ޗީޒުން ބުރުގަނޑަކާވަރުގެ ބޮޑު ޖެނެރޭޝަނުގެ އެއްޗެކެވެ. ނަމަވެސް މާތް ޗީޒުން ތަރުސްޓުވަރީ ކުރަކުރުގެ ކާނާގެ ފިޔަވަތެކާއި ހުންނަ އެ ޖަނަވާރުތަކަކީ ރަނގަޅު ސިއްހަތުގެ ތަނާއި އަލާމާތްތަކުގެ ގޮތުގަ އެވެ.

އިންސާނުގެ ޖަރާސީމު ޕްރަސެސިންގ އަދި ބާކަރު ޝަކުތަކުގެ އިންތިޒާމު އިޖުރާތުން ކޮންމެވެސް ކޮންބްރޫޝަނެއްގެ ދަށުގައި ބެހެއްޓުމަށް ވަރަށް ބޮޑަށް މަސައްކަތް ކުރަނީ، ހަރިގަނޑުގެ ހުރިހާ މީހުންނަށް ބައިތަކެއްގެ މައްޗަށް ބެހިގެންނެވެ އަދި އެނގޭތީއެ، އަދި އެހިހުރި ތަންތަނެވެ. ނަމަވެސް ދޫތަރު ދޫތަރުގެ އިންސާނުން އެ ޝަކުތަކުގެ ތެރޭގެ ބައެއް ޝަކުތަކަށް އެ ކޮންބްރޫ ތެރިގަނަ، ޖަމާތްތަކުގެ ދިރިއުޅުމުން ފަދި، މިސްރުފަތް، ފަދިފަދި ފުޓްބޯޅ ފަތަ، ރަށްދުނެ ނަތި ޖިނަފާތު ކާމިއަރަ ފެއެވެ. ވަރަށް ޒިނަ ފަހަރަށް އެ ޝަކުތަކުގެ ގުދުރަތީ ބައެއް އެއްތަނަށްގައި ވަގުތުއްގެ ބެހެއްޓުމުގެ ޖަރާސީމު ކާމިޔާބު، އެޝަކުތައް ފޮތުރު ހުއްޓުވަ. އޭގެ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން އުފެދޭ ބޭނުމުގެ ދުނިޔެ ނިޔަލިސް "ބޮނިނ ނިޔަލިސްވުން" ނުވަތަ "ބޮނިން ބިއުމަރ" ކަމަށާއި، އެއީ ހަރިގަނޑުގެ އެކި ހިސާބުތަކަށް މިނިވަންކަމާ ގާތްވާ އެ ބޮޑުވުމާ ތަފާތުކުރުން ޖޭގެ ކަމަށްވެ

ޑްރޮޕިންގްތަކުގައި (އަދި ހުއްޓުމާއި ޖަނަވާރުގެ ޑްރޮޕިންގްތަކުގައި) ކުރިއަރައި ދިއުމަށްޓަކައި، އަދި މިއީ "ހޮލިވުޑް ސަރަސްޓް ސިއްޓްރާސްމް" ނުވަތަ ހަމައެކަނި ކޮންސެޕްޓުގެ ނަމުން މަޝްހޫރު އެއްޗެކެވެ.

ކޯބަލްޓީގެ ސިއްޓްރިބިއުޓް ވެލިއު ގެއްލުމާ ހަމައެކަނި ސަބަބަކީ ކެއްކުމަކީ ނޫން ކަމުގެ ހަޑިމަތަކަށް ބާރުއަޅައިން ދެއް އެވެ. ހުރު ޖާނާއި ޒޫލިޝަސް ރައިސް އަދި ރޯޓީން ކުއްކުން ވެސް ގެއްލުން ހުރި ކާނާތަކެކެވެ.

ހިލި ސްޓޯރޭޖް ވެސް ދިރޭ އެއްޗެއް ދިރިހުރުމަށް ކުރަދާނަ އެއްޗެއް ކަމުގައި ވިޔަސް، ފްރިހަމަ ކާނާއެއް ނޫނެވެ. ފްރިހަމަ ކާނާއާ ކަންފަބާ އެކު ހަނޑުލުގެ ދަސްވު ކަމަކު ވެދާނެ ކަމަކާއި، ހުރި މުސްކުޅިގައި ފުރޮޅޭ ކަނަމަ އަދި ހުރި މުސްކުޅިގައި ހިލި ކާން ބޭނުން ނަމަ އެވެ. ގާއި ބިކަރުތަކަށް ފެރުބަދަލުވީގައި ހުރިހާ އާންމު ގަސްތަކާއި ފްރިހަމަ ކާނާއެއްގެ ގޮތުގައި ނުބެލޭނެއެވެ. އެ ޖަނަވާރުތަކުގެ އުމުރުގެ އިތުރުވެސް އަން ގޯސްވެއްޖެނަމަ މިނިވަން ގެދަރަތެއްގައި، އެއްފަހަރާ ގަސްތަކުގައި، ފަތް، މަލާ އަދި ތަރުކާރީ ކާނެވެ. އެއީ، އިންސާނާގެ ތަދުއެކުލެވުމުގެ ތަރައްގީގެ ބޭނުންތަކުގެ ޖަނަވާރުތަކުގެ ބަނޑުތަކަށް އެކަނިކަމުގައި ކާނާ ދިރުމުން އިންކާރުކޮށްފައިވާ ޖަނަވާރުތަކުގެ ބޭރުގައި ބަދުބަލުގެ ވަކި ހާލަތެއްގައި ދިމާވާ ސަބަބެވެ. އެހެންނަމަވެސް، އެއްވެސް ވަގުތެއްގައި އެންމެ އާންމު ގަސްގަހާގެހިން ހާ ޖަނަވާރުތަކުގެ ގުނަވަންތަކަށް އިންސާނާގެ ގުނަވަންތަކަށް ކުރިމަތިވާ ފަދަ ނުރައްކާތަކެއް ކުރިމަތިވެފައެއް ނުވެއެވެ؛ އަދި ބަދިގެއަށް ނުތާ ކަމުގެ ސާފު ސަބަބަކީ، އަލުގަނޑުމެންނަށް ބިރުވެރި މައިކްރޯބްތަކެއް އުފުރުނަމަން ވެސް ނުފެނެއެވެ. ކޮންސެޕްޓު ސަފްތަކަށް އާދައިގެ ސަފްތަކުގައި ހުނަން މަތީ ސިފަތަކެއް ދީބަދު، ޑްރޮޕިން މަދު ނަމަވެސް ވިޔަމިނަތަކާއި އެހެނިހެން މާއްދާތަކުން މުއްސަނދި ގޮތާ ކެއުމަން މުޤަވިތުން ހުޅަނގު އިނބަޔާ ގުނަވަނުގެ ކެހިވެރިކަން ކަމެއް ނޫން ހުއްޓެވެ؟ އެންމެ މަތީ ސިއްޓްރިބިއުޓް ވެލިއު، ދަށް ދުނިޔޭގައި ހުރި އެއްވެސް ބާރަކަށް ދުވަހަކުވެސް އެ މަސައްކަތެއް ނުކުރެވޭނެއެވެ. ބާހާއި އޮޅުވާލުންތަކުގެ އަޑުގައި ކޮންސެޕްޓަށް ފުރުވާ ހާދުމަކުން ކުރެވޭ ހުރިހާ މަސައްކަތަކީ މުޅިން ބާކީ މަސައްކަތެކެވެ. އެކަމަކު ވިސްނުންތަކުން ދިހަކު ދުވަހަކުވެސް ކޮންސެޕްޓު ޖެހިގެން ނުވާނެ، އެހާގެ ޗާ ޓްރީއަކުގެ ނަޖާހަތުތަކަށް ގެއްލިގެން ނުދާނަމަ.

މިގޮތުން ކުކުޅާއި ބަދިސް، ސްޓޫ، ބޮރޯއިލްޑް ލިވަރ، ބޮރި ބަބަރ، ހަވާދު، ޖެލީ އަދި ފާނި އެއްޗެހި އުފެއްދު ސަފްތަކާއި އެއްވެސް ބާނުންތަކި މަސައްކަތެއް ކުރުމުގެ ޒާބިތާގެ ނަތީޖާ ސަފްތަކާ ކަމެކެވެ. އިންސާނާގެ ހަރިގަނޑުގެ ހަރަކާތްތަކަކީ، ހުއްޓާ އަދި މުދިން ދުވަހުޖާ ސަފްތަކާ އުފެންވަނީ ހަމައެކަނި ރޯ ގޯވާއި ތަރުކާރީންނެވެ؛ އެހެން ގޮތަކުން ތެރޭނަމަ، އިންސާނާގެ ހަރިގަނޑުގެ އެތައް ހާސް ތަފާތު ސިއްޓްރިބިއުޓް ކޮންސެޕްޓުއަށްބަދަލުކުރެވޭ އުމުރުގެ ގުދުރަތީ އަދި ދިރިހުރި ޔާފަތުގައި ތައްޔާރުވެވޭން. ކާނާއަށް އެދޭކަށް ޖެހޭ ބައެއް ފަހަރު ވައްތަރަތްގެ "ކޮން-ސިއްޓްރިބިއުޓް" ވަގުތީއެއްގެ ބޭނުމުގައި ކުއްލި ފަރިތަވާ ޑްރޮޕިންތަކުގެ ތަރައްޤީވެއެވެ. އެންމެން މިހާރު ވާންޖެހޭނެ

އަވަހަށް ކުއްޔަށް ކާށްޖެހުމާއި ޓްރަކްސްގެ ކުއްލުގެ ކުރިން މާވާ ކުއްލިން ދަރިފުޅުގެ ކުއްލިން ޝައުޤުވެރިކަން ހަމަކޮށް ނުކުތުމަށް ބޭނާ ބެލެނިވެރިޔާ ކުރި ކުރުގެ ބާޒުކަން ވިސްނަން ގޮތް ހޯދުން. މިއީ އޭނާގެ ޖަރާސީމަން ކާންމުހަން ބޭނުންވާ އެތަށް ހާސް ތަފާތު ރޮ މެޓިރިއަލްސް ޒުދުރަތީ އަދި ދިރިހުރި ޕްރޮތީގައި ނުކައި، އޭގެ ތެރެއިން މަދު ބައެއްގެ މަރުވެފައިވާ އަދި ދިރިހުރުމުގެ ނަތީ މަރުތަކަށް އިނާޔަތްރު ކުރުމަށް ބޭނުމާ އެއްވަރުވެ ވަރަށް އަވަހަށް ކުއްލިގެ ސިފައިގައެވެ.

ކައްކާ ކާނާ ކުއްލިން އުފާވަނީ އެމީހުން ބޭނުންކުރާ ކާނާތަކާއި ކުޑަކުރި ދިނަ ކާނާތަކުން ކަމަށް ޕީލުމުންނެވެ. މިހާރު ކުޑަކުރި ބޭނުންތެރި ވެވޭނީ އޭގެ ފުރިހަމަ ފައިދާ ނަގައިގެންނެވެ. މަސްތަކުގެ ސަލްތަކުގެ އަދަދު މަދުވެ، އަދި އެ ސަލްތަކުގެ ވެސް ބަލިކަށި، ބަލިވެ އިލްމާސްބިސްކީ ނަތީ އިރު، ކުޑަކުރި ބޭޒެ ބަޔަށް ބޭނުން ނުކޮށް ހުރެ، ހަރިގަނޑެއް ބޭޒެ އުނދަގުލުގެ ކުރިމަތިވުމަށްފަހު، އެ ޖަރާސީމު ބޭނުން ނުވާ ސިފައިގައި ދުޅަހެޔޮ އަލަ ހުނުވެ، އެއްފަށް ބޭނުމަށް ނަތީ ގެއްލިގެންދެއެވެ. އަޅުގަނޑުމެން ފެތުރުން ބޭޒެ ގޮތްގައި އަލިފާން ތުރުތާއިރު، އެ އަލިފާނުގެ ހަކަތަ ބޮކާރު ގޮތްގައި ގެއްލިގެންދާ ނަމަވެސް، ފުށްބެރުއްގެ މެޓަރުގައި އެ އަލިފާން ތުރުތަށްދިރުން، އެ އަލިފާންގަނޑު ފުރިހަމައަށް އެ އަލިފާނުގެ މަޑުބާރު ފުއްދައެވެ. ކައްކާފައިވާ ކާނާގެ ޖަރީމާއިން ކާނާއަށް އެދެކޮށްވާ މިހާ އޭނާގެ ހަރިގަނޑެއް ތަޙްރަފުތަށްދިނީ އޭނާގެ ޖަރާސީމުގެ ވައިޓެމިނަށް ބޭނުންވާ މިނަވަރަށްވުރެ ދިން ހަލަބު ގުނަ އިތުރު ކުއްޔިއަކުވެ. ތި ކާނާތަކުން ލިބޭ ކުއްޔިތަށް އެ ކުއްޔިގެ މަޑުބާރު ފުއްދައިދިނީ، ސަބަބަކީ އެއްފަދަ ކާނާތަކާއްކު އެ ކުއްޔިތަށް ބޭނުންކުރުމަށް ބޭނުންވާ ހަރިޔާ ކަމަށް އެކުލެވިގެންވާމީއެވެ.

ބަރާބަރުގެ ސެޗުންނާއި ޓްކުބަރުނުގެ ވާޖިބަކަން ވާންޖެހޭނީ ނިއުޓްރިޝަން ކާންސެޕްޝަންސްގެ އެކަކު އަނެކަކާއި ވަކިނުކުރުމަން ހިތްވަރު ދިނުމެވެ. އެމީހުން ދުވަހަކުވެސް ވަކިވަކި ނިއުޓްރިޝަން ކާންސެޕްޝަންސްތަކުގެ ބޭނުންތެރިކަމުގެ ފާހަގަ ދައްކައެއް ނުޖެހޭނެ ކަމަށާއި، ނަމަވެސް އެ މާއްދާތަކުގެ ކާނުމުގެ ބޭނުންވާ ކަންކަމަށް އަލިއަޅުވާލަން ޖެހޭނެ ކަމަށެވެ؛ ހަމައެކަނި، ފެބްރުއަރީގެ ސާފުކަން ހަމައެކަނި މަތިންދާބޯޓް ބޭނުންތެރި އެއްޓަކައި ގޮތުގައި ނޫން، ކާނާގެ ބޭނުންވާ އެއްޓަކައި ގޮތުގައި އަދުގެ ސަރުކާރުން ދަރާ ފުދޭ ދެއިން. އެމީހުން ދުވަހަކުވެސް ވަކި ވިޓަމިންތަކުގެ ފައިދާތަ ބޭރުގެ ޓެކްސްޓް ވާހަކަ ނުދައްކާ ނަމަވެސް، އެމީހުންގެ ނަޒަރު ތެރެކަން ގުޅުވާ، އެ ވިޓަމިންތަކުގެ ނަމްބަރާގުޅޭ ނުރައްކާތެރިކަމަކީ ޖީނުއަކަށް ބެހުނުކަން ޖެހުނެވެ.

އާންމުކޮށް ބެލާނަމަ ނިއުޓްރިޝަންގެ މުޅި ސައިންސް މައިގަނޑު ދެ ނުކުތާއެއްގައި ޚުލާޞާކޮށް ހުރިހާ އިންސާނުންގެ
ކަންބޮޑުވުމަކަށް ހުރިދާނެއެވެ:

1.އިންސާނާގެ ކާނާ މުޅިން އެކުލެވިގެންވާނީ ދިރިހުރި ސެލްތަކެއްގެ މައްޗަށެވެ. ހަމައެކަނި
ދިރޭ ސެލްތަކުން އެކުލެވޭ އެ ކާނާތަކުގައި އިންސާނާގެ ޖަރާސީމުގެ ޖީނެޓިކަށް ފުއްދުމަށް ބޭނުންވާ ހުރިހާ ސިފަތައް ހުރެއެވެ.
އިންސާނާއީ ނަރުދާކުރާގެ އަށް ނޫނެވެ. ވައިގެ ތަރައްގީގައި ފެނިފެންމަތިން ހިފެހެއްޓުން ދިރިހުރުމަށް ނިވާކަންދޫކުރުމާއި، ނުވަތަ ވަގު
ޖަނަވާރުއް ފަދައިން ޝިޔާރުއަށް ކާރާމައިގެން އޭގެ ހުރިހާ ގޮތްތަކާއި ކަނިތަކާއި ބޮޑު ކުރުމަށް ކާން ކުއްޖަކަށްވެސް މާ ބޮޑު ކާނާ
ކުއްޖަކު އާނާއަކު ނުވެވޭނެއެވެ.

2.ގުދުރަތީގައި އާންމު އަދި ރޯއިސް ތަރުކާރީ ހިރިގަނޑުތައް ހުރެއެވެ.
އެންމެ ފުރިހަމަ އަދި ވަރަށް ގިނައިން ކާނާ މޭވާ ތަރުކާރީ ހިރިގަނޑުތަކަކީ ޤުދުރަތީ ފެނި ތަރުކާރީއާއި ދަނޑުވެރިކަމުގެ ބާވަތްތަކާއި
މުރަކަތަކުގެ ތަރިގަދު ބާވަތްތަކެވެ.

ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާ ކެއުމުން އިންސާނާ އޭނާގެ ކެއުމަށް ޝައުގުވެރިކަން ބަނދުކާރުކޮށް ހަވަދު ވައްތަރުއްގެ
ޖީޓާއިރު ޗައްދުރާތަކުގެ ތަރުއީން ލިބޭ ބާވަތްތަކުން ކަމަނާއި އާދަމުގެ ރަޖާސިމު މަގުދޫތާކުރާނަ އެހެނިހެން އަނބާގެ ހާސް މުޅިއްމު
މައްދާތަކުންނެވެ. މި ބެނދުގެ ފާހަގަކުރެވޭ ހުއްކަ، އަނބުގެ ހާސް މެޖެކަލް ފުރިސްކުރިޝަނުއްގެ ތަރުއީން ކާނދުވެސް
ލިބެމުންއުއް ނުވަތަ އަހަރު އުއްތައް ކަނިއަހުރިވައި ނުވާ ބާސް ސިލީއައް ހުދުމަލި އުނދަގޫ ކަމަކަށް ލިބިސް، ފުރުޅިން، ފުޅު އަދި
ކާބަހައިޖެރޫޖުގެ ނަށް މިޔްވައިވާ ބާސް ސިލީއަކާ ދިމާވާނީ ޅިއިރާއެވެ.

ކުރުކޮށް ބެނގަނަ އިންސާނާއަށް ފުރިހަމަ ސިއްހަތު ދެމެހެއްޓުމަށް ކާޑު ޗިފުން ހަމައެކަނި ރާހި ކާނާ ކާއްވުން ކަމަނާއި، ކައްކާވައި
ހަނދާ ކާނާ ކެއުމަށް ޗެޕްވެ، ހަމައެކަނި އެއްވަރު ޖަރިޝޮއްގައި ދިރިއުޅުމުން މަރުވާ ކަމަނާވެ.

ބިލިތަށް އުފެންވާ ގޮތް

ބިލިއަން ސެލްތަކުން އެކުލެވިގެންވާ ގެފެންޖެއް ނަހާމަމާ ހިނގާނެވެ. މި ސެލްތަކަކީ އެތައް ވައްތަރުއްގެ ސެލްތަކުން ކަމަނާއި،
ކޮންމެ ސެލްއެއްގައިވެސް ވަކި ވަޒީފާއެއް ނުވަތަ ވާޖިބެއް އަދާކުރަންޖެހޭ ސެލްތަކެއް ކަމަނާއި. މިދެބުން މަސްތަކުގެ ސެލްތަކާއި
އެޑިޕޯޒް ސެލްތަކެއް ހުންނައިރު، އެހެނިހެން ޖިނި ބޭނުމަކަން ނުގުރު ސެލްތަކާއި ސެލްތައް ހުރެއެވެ. އެކަމަކު ކޮންމެ ގެފެންޖެއްގެ
ސެލްތަކުގެ މައިގަނޑު މަސައްކަތަކީ ފެން ދޫކުރުމެވެ.

ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާ ކެ ޖީހެއްގެ ގެފެންޖެއްކަމުގައި އެޖީހުންގެ ފުރަތަމަފޮޅުމުންޗ ސެލްތަކައް ހުންނައިރު،
ފަރުދުއްގައި އެއަންވުދު ޖިނި ސެލްތަކައް ހުންނަ ނަމަވެސް، އެގެ ބޮޑުއިން ތިންބެއިލަ އެއްބައި ނުވަތަ ފަސްބައިލަ
އެއްބައި އެއްވެސް ބާނިންބޮދި މަސައްކަތްކުރާ ތަކަތަކަށް ދެއްވެ، އެއީ މުޅިން އެކަށީގެންވާ ސެލްތަކައް ނޫނެވެ. ފުރުޅިން އެވެ

އެކަނި، ހާއްބަލާކޮށް ކުރު ވިސްނުމުގެ ދިހުން ފުރިހަމަ އިމާރާތްކުރުމުގެ ތަކެތީގެ ގޮތުގައި ދުކާ މަރުވެފައިވާ ޖަނަވާރުގެ ފްރޭމިން، އެންމެ ގިނަފަހަރު ވިޔަދަރު ގޮވާފާވޭނީ، އާދަމާޒާލާޒު ވައްތަރުއްގެ ބައްޓަން ނަތް، ޖާބިލުކަން ނެތް އަދި ބޭކާރު ސަލްއެއްގެ އެންމެ ސާދާ އޮނިގަނޑެވެ. މިސަލްތަކުގެ އޮނިގަނޑުގައި ވައްތަރު އިވޮލޫޝަނަރީ ޕްލޭޓްފޯމްތަކުގެ އެންމެ ކުރީކާލު ދުނިޔޭގައި ފުރަތަމަ ފެނިގެންދިޔަ އަދި އެންމެ އާންމު އިމާރާތްކުރުމުގެ ތަކެތި ކަމަށްވާ ފްރޭމިން، ފެބްސް އަދި ކާބޯހައިޑްރޭޓް އިން އުފެއްދި އެންމެ އަސާސީ ސިފައެއްގެ އާސާރީ ޖަރާސީމުތަކެވެ.

ނަމަވެސް އޭގެ ފަހުން އަދި އެތައް މިލިއަން ދުވަސްއްގެ ތެރޭގައި، އެ އާސާރީ ޖީނިސްތިޔުމަށް ޖަރާސީމުތަކެއް، އެންމެ މަތީ ފެންވަރުގެ ނިޒާމްތެރިކޮށް މާއްދާތަކުގެ އުފެދި، އަތުގަނޑުތުންނަށް އުނގޭ އަދި ބޮޑުނުގޭ ވިޝަމިންތަކާއި މައިދަނުތަކުގެ އުފެދި ދިޔު އިވޮލޫޝަނަރީ ޕްރޮސެސްއެއް ކުރިއަށް ގެންގޮސްފައިވެއެވެ.

އެ އިވޮލޫޝަނުގެ ތެރޭގައި އެހެން ތަރައްޤީވެ، މިއަށްފަހު ކާމްޕްލެކްސް އެކުއެކު ޖަރާސީމުތައް އުފެދިފައިވެއެވެ. އަތުގަނޑުތުންނަން ފެންނަނީ ޖަނަވާރުއްގެ ދަރިފުޅުގެ ދަރިފަސްކޮޅުގެ ދަރިފަސްކާލުގައި ހުންނަ ޖަރާސީމުތަކުގެ މި ތާރީޚު ތަރައްޤީގެ ކުރު ރިކޯޑިންއްފޮޓޯން، އެ ޖަނަވާރު ދަރިމައިވުމުގެ ވަގުތުން ފެނިގެން ފުރިހަމަ ތަރައްޤީއާ ހަމައަށެވެ. އިންސާނާގެ ވިހެވިލި ސެލްތައް ތަރައްޤީވުމުގެ ތެރޭގައިވެސް ހަމަ މި ޕްރޮސެސް ތަކުރާރުވެއެވެ.

ދިރުމައިވާ ގެފޮނުއްގައި ކޮންމެ ހާއްބަ ސެލްއެއްގައިވެސް ވަކި މުޅިނިޔަމަތަކެއް ހުންނައިރު، އެއީ ހާއްބަ ނިޒާމްތިރިއެވް ކޮންސެޕްޓް އެއްގެ ފޮތުކޮށްފައިވާ އެކުލެވޭ މަސައްކަތް ކުރުމުގެ ޖާބިލުކަން ހޯދުމަށް އިންތިޒާމުކުރީ ހުރިދާން އެއްކަލާވެ.

މިހާރު، އެ މުޅިނިޔަމަތަކުގެ އުފެއްދުންތެރި މަސައްކަތްތަކަށް ބޭނުންވާ ރޭ މެޖިކަލް ފްރޭމްވޯރކްތަކެއް ހަމައެކަނި ރޭ ކާބޯހައިޑްރޭޓް ނުވެވޭ. ކައްކާލައި ހުނަރަ މާތަކުގެ ނަތީޖާތަކުން އެއްވެސް މަރިދިއަކަން ހަވާރު ނުހުރެއްޖެ!

ހާއްބަ މާއްދާތައް އެކިގޮތަށް މިންވަރަކުން ސަލްއަކު ނަފްސާއިރު، އޭގެ ތަރައްޤީ ވާސްވަ ނަވަތަ ހުރިހާ ދާނަލުވެ. މިކަމުގެ ސަބަބުން ފެނި، އެނިމަލްސެލް، މަލުގެނަނބު ނަވަތަ ކަންސަރު ސަލް، މަކުރޮފާޖު، މަގޭކަރިއޮސައިޓް، ތީމަކުރިއޮސައިޓް ފަދަ ތަފާތު ބާވަތް ސަލްތައް އުފެދެއެވެ.

މިޒާތުން ސެލަލް އުފެދުމުގެ ގޮތުން ކުރީން ސަލްތަކުން އެކަން ނުކުރެއެވެ
ސްޕެޝަލައިޒޭޝަން (ތަފާތުކުރުން) ހާސިލްކުރުން، އެކަމަކު ވަސް ފުޅާ ސަލްދަޝަނަލް ބާއްޗާވާ ރޭ މެޖިކަލް އަދިވެސް މަސައްކަތް ކުރުމުގެ ޖާބިލުކަން ހިފަހައްޓާ މަދު ސެލްތަކެއް ނުފެނޭ އެއީ ނަމާގާއްގެ ގޮތުން ގޮފިތައް އުފެއްދުމުގެ ބަނގަޅު ފެންވަރު ދަމަހައްޓަން ނުކުރެވެއެވެ. މިގޮތަށް ގޮފިތައް ހުންނަނީ...

Machine Translated by Google

ބަލީގެ އަސަރު ކުރެއެވެ. ހިތްހަމަ ނުދޭ" ބަރަހްމަޗާރީ ސަލާމަތް ރައްކާތެރިކަން މަސައްކަތުގެ ނުކުރުމަކީ އެހެން ހުރިހާ ގޮތަކުންވެސް ބަނޑުވެރިކަމާއި ނިޒާމުތަކުގައި ވަސް ދިމާވެ، އެއާ ގުޅޭ ބަލިތައް ފެނިދާން ކަމުކުރެވެ.

ބައެއް ފަހަރު ވަކި ގޮފިންޏެއް ނުވަތަ ގަނަވަނަކަށް އެފަދަ މިންވަރަކަށް ގެއްލުން ލިބެއެވެ
އެކަން ނަރުބަލުމާއި ދުރުހެލި ނުވެވޭން ކަމެއް ކުރުމަކީ ވުޖޫވެ. ފުރަތަމަ ފަހަރަކު އެ ގުނަވަން ހުއްޓުމުގެ ހަލާކުވުން ހުއްޓުވުމަށް އެންމެ ގެދުރަކީ
ފިޔަވަޅުތައް އެޅުމުގެ ބަދަލުގައި ފިރިހެނުން އެ ގުނަވަން ނައްބަލުމަށް އެންމެ ބޮޑު އުނދަގޫތައް ކުރެ، ދެން އެފަދަ މުޖުތަމަޢުތައް
ކުރުމާއެދު ފަހަރުވެރިވެއެވެ. ތި ވިޔަސް މިހާކަން ފުރިހަމައަށް ސަފުވާ ކަމަކީ އެއްވެސް ބޭހަކުން ޖެހެނީވީ ވެއްޔާ ސަލާމަތް އާދައިގެ
ހާލަތަށް ގެނެސް، އެ ސަލާމަތް މަސައްކަތް ކުރުމުގެ އަކަރިގެނޑާ ދާބިލުކަން އަނބުރާ ނުލިބޭނެ ކަމުގެ.

ތި ކާ މިހާރު މައިކްރޯބަކާ މެދު ބިރެއް ނެތް، ސަބަބަކީ އޭނާ ރަނގަޅުވެފައި ހުރުމެވެ
އުމުރުން ދެކެވަން ގުދުރަތީ ބާރުބަލަންނެވެ. މައިކްރޯބަކުން ފުރިހަމައަށް ބަރަހްމަޗާރީވާ އަދި ހާއްބަ (ބަލާބު)
ސަލާމަތަށް ގެއްލުމެއް ނުދެވޭނެއެވެ. އުމުރުގެ ވަގުތެއް ފުރިހަމައަށް ބަލާކަށް އަދި ނަޒަރު ގޮސިބަކަށް.

ހަމިގަބުގައި ކައްކާ ކާ މީހާ އޭނާގެ ވުޖޫދަށް ދަރަނިވެރިވެނީ، ބައެއް ފަހަރު ހަމައެކަނި އުފަލަށްޓަކައި ކާ އެ މަދު ތި
ނިއުޓްރިއަންޓް ބަދަލުގެ ފުރިހަމަ މުހިންމުކަމަކަށް ރިއާޔަތް ނުކުރެ. މިހާރު އިންސާނާގެ ޖަރާސީމަކަށް ގަބޫލުކުރެވޭ ކުޑަ މީހުންނަށްވުރެ
ކާނާއެއްގެ މައްސަލަ އޭގެ ވުޖޫދު ދަރުމަށްވާއްސު ނުވާ، އެ ކުދިކުދި ތި ނިއުޓްރިއަންޓްބަކުން އޭނާ ދުވަސްކޮޅުގެ ދިރިހުރުމަށް ފުދެއެވެ.

މިއަދު ނިއުޓްރިޝަނުގެ އެންމެ ބޮޑު ބަޔަކީ ބަލާދޭ ކަރުދާސް ކެލޮރީ ވެފަދަކަމަކީ ގާތްގަނޑަކަށް އިންސާނުގެ ބަގައިވެސް އެމެރިކަން ކަމުގައި
ވާރި ފަރަޖެހޭ ދިނުމާއި ބަޔަށް އަރައިގެނެވެ.
އުމުރުން ދަރަނި ބާބާ، ސާފު އަދި "ރަނގަޅަށް ކައްކާފައި ހުންނަ" ހުރިހާ ކާނާއަކީ ނިއުޓްރިޝަން، ސިއްހަތަށް ފައިދާހުރި އަދި
އާދައިގެ ކާނާބަކުރެވެ. އެބަސްބަނޑަކީ ޖަރާސީމު އެބަދު ހަސް މާއްދާބަކުރެ ނަތީޖާއާ އުމުރުން އެއްޗެހިއަކަށް ކަސްބޮޑީވާ ކަމެއް
ކަމަކަށް ނުފެނެއެވެ. އެކަން ހަނދާންކާނީ ދިރުމާއި ޖަވާބު ދަނޑި އުމުރުން ވަސް މާވާ ކާ ކަމަނެވެ. މިއީ އެންމެ ބޮޑު ފައިދާ ޖަވާބުކުރެވެ.
އިންސާނާގެ ޖަރާސީމުގެ ބަލިކަށް އުފެދި، އަށްވަނަވަނަ ނިއުޓްރިޝަން ކާބޯހައިޑްރޭޓް އަކަށް އަށަކަނާއި ވިޔަވީން،
ދަރޮ ވިޔަވިޔަ، އިއްޔެގެ ބިޔަނަރަ، އެއްވެސް ރަނގަޅު ފުޓްނޯޓް ނުރަ ބަދަލުކުރުމެވެ.

ކާބޯހައިޑްރޭޓް ފަދަ ހުރި އިޒަން ޖަހާރި އެ ވައްބަލުގައި ހިނދެވެ
ކަމެއް ބަދަލުކުރި ކާނާބަޖުގެ ބަލިއިން ނަމަވެސް އަކުރުގެ މައްސަލަ ބަޖަރާއެކުގެ ބަލާބު ގާބަކަވެ

އެ ކާބޯތަކެތި. އެންމެ އާންމު ގޮސްތަކާގެ، އޭގެ ޖާތިތަކީ، އޭގެ ނިއުޓްރިޖިވް ކޯންސްޓިޓިއުއަންޓްސްގެ މިންވަރާއި، އެންމެ
ފަޒުރުވެރި ޖާގާތަކުތަކުގައި ލިބޭ ޑީސީ އަދަދުތަކުގެ ކުއްލިތަކުގެ މުދި ޖަމާތަކުގައި މުއްސަނދިވެފައިވެއެވެ. މިއީ ސައިންސުގެ ހުކުމެވެ.

ބަލިތަކުން ރައްކާތެރިވުމަށް ޑީސީ އަދަދުތަކުގެ މުޖުކުރު ކޯންފެރެންސްތަކަށް ކުރިއަށްދާއިރު، ސަކަންޖެހޭ މުއްދަތުތަކުގެ މައްޗަށް
ގޮޖެތަކައް ވަންދަން ފާހަކަ ދައްކުމަންފާހު، މުޖުކުރު ސައިންސުގެ އެންމެ އިސް މަސްދޫބުން ރޯގަސްޖެގެ ކައްމަން މުއްސަނދި
ޖީނޯމްތެރިކޯންފަރިވާ ވަނަޢިމްދާ މޭޖުތަކައް އެއްވެ އެވެ. ދަރަން ބަލިތަކުން ރައްކާތެރިވުމަށް ބަޔަކު ގުދުރަތުގެ އަޖައިބު ކުރުވަނިވި
ފޮޓޯތިރީގައި އުފެދިފައިވާ އަދި އެތައް ހާސް ދިރޭ މާއްދާތަކައް ހިމެނޭ އަސާސީ އަދި ފުރިހަމަ ބޯފެންސްޗޭ ކާނާތަކަށް އަވާސްކޮށް،
ތަރިތަކުގެ ތެރެއިން ފުރާވަމެވެ. އަދިވެސް ގޮސް ކަމެލި، ގުދުރަތީ ނިއުޓްރިއަންޓްސް އަލި މުދިން ކޯންމެހެން ބޭނުންތެރި އެއްޗެއް
ނޫން ކަމަށް ދެކި، ޑީސީ ބޭރަކު ނިއުޓްރިޝަންގެ ފުރޮގްރާމް ފުރިހަމަ ކުރަނީ ކާޅާ އާއި ސިސްޓަމެޓިކް ގޮތަށެވެ. މި ސޮޕްލިކޭޝަން އަދި
ޓޯކްސިން އަދުގަނޑު މަހާރަތް އެދެން، އެކަމަކު ކުޑަކޯތް ވިސްނާފުމަށްފަހު އަދުގަނޑާ އެއްބަސްވާން ޖެހޭނީ މިއީ ނިއުޓްރިޝަންގެ
ރަނގަޅު ނިޔާމެއް ނޫންކަމާއި، މިހާރު ކާނާދިނުމުގެ ގޮސް އާދަކާދައަށް އަސާސީ ބަދަލެއް ގެނައުމަށް ސިރިއަސްކޯން ވިސްނާ ފަރުމާ
އައިސްފައިވާ ކަމަށެވެ.

އެއް ޖަމާޢަތެއްގައި އޮސްޓްރޭލިއާގެ ވަކި ޤައުމުތަކުގައި މަރުގެ ހުކުމް އިއްވާފައިވާ ކެންސަރުން ހަސަން ކާންސަރުން ދިރިހުރި ހަމައެކަނި
ކައްކާފައި ހުސްސަ މަހުގެ ޖީއްބެއްގައެވެ. އާންމުކޮށް 30-28ދުވަހުގެ ތެރޭގައި މަރުވާއިރު، މުޅިން ބަސްދޭހައިފުޅު ކަމުގެ ހާލަތުގައި
ފިރިހަނާކު 70ދުވަސް ވަންދެން ދިރިހުރީދާން އެވެ. މާނައަކީ ކައްކާފައި ހުސްސަ މަހަކީ ހަމައެކަނި ނިޔާމީ ކާނާއެއް ނޫން ކަމަކާއި،
އެއީން އުފައްދާ ވިހަ މާއްދާތަކާއެކު، ހަމިގަތުގައި އެހީ ނިސްބަތުން ކުރު މުއްދަތެއްގެ ތެރޭގައި މީހަކު މަރާލާ ވިހައެކެވެ.

އާންމުކޮށް އެނގޭ ގޮތުގައި ޗީޒް ރައްސޭ މާ ދިގައިން ބޯންސްކޯރާ މިހުންނަން ބުރިބުރި ޖަހުމުން ބަލިމީހާ މަރުވަނީ
ވަރަށް ބޮޑު ތަކުލީފެއް ދިނުމަށް ފަހު އެވެ. މިހާރު ފަރަނސޭސިކާގެ ބުރިބުރި އެންމެ މުހިންމު އަލާމާތަކީ ޗީޒްނިއުރަލްޖިކްސް ނަމަވެސް މިއީ
މި ބަލީގެ ހަމައެކަނި އަލާމާތެއް ނޫނެވެ؛ އެއީ ހަމައެކަނި ޑީސީ އަދަދުތަކުގެ އަލާމާތްތަކުގެ ތެރެއިން އެއް އަލާމާތެވެ. އަދި އާންމުކޮށް ހިވާ
ގޮތުގައި ވިޓަމިން ބީ1 މަދުވުމަކީ މި ބަލި ޖެހުމަށް ދެމުވެރިވާ ހަމައެކަނި ސަބަބެއް ވެސް ނޫނެވެ. ޗީޒްޝްކޯންފައިވާ ރައިސްގައި
އެނގޭ ނުވަތަ ނޭނގޭ ވިޓަމިންތަކުގެ ތެރެއިން އެއްވެސް ވިޓަމިނެއް ނެހެމުނެވެ. ހުދު ބަތް އަދި އާންމު ގޮތެއްގައި ހުރިހާ
ތައްޔާރީތަކެކެވެ

ހުދު ފުރުސް ލިބޭ ސިފަތަކާއި ޓްރީޝް ތަހިސް އަށް ވެސް ހުންނަ ސިފަތަކެކެވެ. ހަމަ މިޒާތަށް އާޒީޝަން ހަކުރު އާއި ކެމިކަލްތަކުގެ
ފޮޓޯސް އަދި އެތަން ހުސް ނިއުޓްރިޓިވް ކޮންސެންޓްރޭޝަންގެ ތެރެއިން އެންމެ އެއް ނަމަވެ އަނެއް މާއްދާގެ ތަރުސީލު ކުރާ
އެއްޗެކެވެ.

ކައްކާ ކާ މީހާގެ ސްޓޭބްލް ޖައްސާ އުކުޅާ މަތީގައިވާ ކާނާތަކާއި މަރުވާ މައިގަނޑު ސަކަރަތަކެއް ކުރުމައި ފާއިދާ، ހަމައެކަނި
އެއީ ގޮތަށްހިންގުން، ބަލިޖެހޭ ބަލިތަކާއި، ރޮމަޖިއަރު، ގައްޗި، ސްކްލެރޯސިސް، ހަކުރުބަލި، އޮޕްޓިކަލްސީ، ކެންސަރު އަދި
އެތައް ބައެއްގެ ނިވާކަންގަން މިހަކު މަރުވާ ކާނާތަކެވެ އެހެން ބަލިތަކެވެ.

ބައެއް ފަހަރު އުމުރުން އެންމެ އަހަރުއްގެ ދުވަހު، އަނެއްބައި ފަހަރު އުމުރުން ފަސް، 10، 50 ނުވަތަ 70 އަހަރުގައި މަރާލަނީ،
ކުއްލިން ބޭނުންކުރާ ދެ ކެޓަގަރީގެ ކާނާގެ ނިސްބަތާއި (ކައްކާ ކާނާއާއި ރޯ ނިއުޓްރިޝަންސް) އާއި ވިޓާސް ޒަމާން ލިބޭ
މިންވަރަށް ފަރުދުންނަށް ޖެހޭންސިދިޖް ކުރުވާ ދެކޮޅުވެރިކަން.

ގޮސް ކާނާގެ ސަހަރަތުން މިޖަމާނުގައި ވީނަ މައިންނަން ދަރިންނަން ކިރުދޭން ކިރު ނަތުވުން ބައެއް މައިން ތުއްތު
ކުދިންނަން ކާންދޭނީ ހިލި ކިރާއި ބިސްކޯދާއި ހުދު ޝަކަރު އަދި ސައި ފެންނެވެ. މުޅިން ގުދުރަތީ ޒަތުން ކައްޗާ އިސްތިޢުމާލު
ފަރުވާން ފަހަރެވެ. ދަނޑުގެ ކުޑަކުދިންގެ ހާސްފިޓަލްތަކާއި ރަޖިމު ކުދިންގެ ގެތަކާއި އެހެނު ބަލިމީހުންގެ ތެރެއިން ފެތުރިފައިވާ
ތަންތަނެވެ.

އެހެނު ކުދިންނަން މާލާގެ ޖެހުނު ދެ ޖަލްބަލް ދިހުމުން ފުރަތަމައެވެ
ދަވާތަކު ދަވާތަކު ދަރަޖަތާއެއްގެ ތެރޭގައި އަލިޑިންގެ ސިއްޙަތުގެ މުޅިން އަލިފާން ހުރުމަށް ކުރަމުންދެވެ. އެކަމަކު ކާނާއަން އޭޖެކްޓިފައިވާ
ޖައިބުޝާނުން މާލާގެ ބޭނުންތެރިކަމަށް އަދާރުގެ، ކައްޗާގެ އިސްތިޢުމާލުކުރުމާއި ހިނގަނީ ހެރާ ފައްތަރުއްގެ ފެންނުތެރިއްލި
ތަޖުރިބާތަކައް ކާނު، އެއީން ލާގެ އަނގެ ފަހު ޖިލަތައް ނަގުމަނޯފަހު، ހިލި ހިރު، މަހުގެ އަލްސްޓެރޯލްޖް އިން އޮކްސިޖަން ކާނާ
ދިނުމަން މަސައްކަތް ކުރައްވާ ، އާޖިފާޝަން ވިޓަމިންސް އަދި އެލިއުސް ބޭސްތަކެވެ. އެހެން ޖަތަކަން ބޮންނަމަ، ގުދުރަތީގަން
ލިބިރަލުކާން ފެދުކާންދޫ ނިއުޓްރިޝަނަލް ކާނާށްނިއުޓްރިއެންޓްތަކުގެ އެއްބައިވަންތަ ބަލުންސަން ފަރުވާލުއް ނަބަހަށްބައި،
އެމުހުންގެ ލޯބިޓިރިތަކުން ކާނުމަފާސް ވަރަކަން ކާތަލު އިލްމު ލިބިފައިވާ މަދު މައްދާތަކުގެ އެއްސަރައި އެ ކުއްޖާގެ ފަރަފާފައިވާ
ހަރިގަނޑެއް ތަޖުރިބާތައް ކުރަން ފަހަރެވެ. އެ ކުއްޖާއަށް ކާންދެވުމާ ގުތުކާން ނުވަތަ އެއަށްފަހު ގުދުރަތީ ކާނާއެއް
ނުލިބިއްޖެނަމަ، އެކަނި، ހަމަ ތަފާސްންފަހު މަރުވެ، އެފާނު މަރުތަކެއް، ހަމަކަށްހިނގިން، އެތަށް ހާސް ބަހިރު ކުރިމަތިވާނެއެވެ.
އެކަމަކު، އަދިވެސް މާ ބިރުވެރި ކަމަކީ، ޑިހަ ނަޔަޑް ޖައިބުޝާނުން އެފަދަ ކުދިންނަން ދެ މާވާ ކައްމުގެ ހުއްދަ ނުދެނީ އަމިއްލަ
ބަލިކަށި ބަނޑުދަން ހަޖަމު ނުކުރުވޭނެ ކަމަން ގަބޫލުކުރާ ނުވަތަ އެމެޖެ ރަނގަޅު ގޮތުގައި މާވާގެ ސިހަމަ ދޫކަންފަހަރު ހިމެނުމާއި
އިންސާނީ ކާނާ ކުދިންގެ މައިންނަށް ގުޅުވާދޭން

އެއީ ކުޑަ މުހިންމުކަމެއްގެ ކޮންމެހެން ބޭނުން ނުވާ ލަގެޖެހިއްޖެ ގޮތުގައެވެ. ގިނަ ރޯސްޓުޖެހޭ ފޮތަކުގައި މަގާއި ބިސްކޯތާއި ރިހި ރިހު، ހަކުރު، ސައި، މާޖެރިން، ބަދިސް، ހުދު ބަނި، އާޓިފިޝަލް ފިޖިމިންސް އަދި ބޭސްތަކުން ފަރާތަކުން ޖެނެރޭޓް ނަމަވެސް މާލީ ޖިއްތަމާމާތަކުން އަށްގެ އާލާތްތަކުން ނުޖެހެނެވެ. ކަމުގެ ހަރުގަތަފާ ޖޯސްތަކާއި، މާލާ ގަތުމަކާ ފެސް މަޖެރޫބު ކަމުގެ ނޫނެވެ. މިލަތަ ރޯސްޓުޖެހޭތަކުން ދިހަވަރަކަން ކުޑަކުދިންގެ މަރުތަކުގެ ނުދާ ނަމަވެސް އަ މަރުތަކުގެ ޖިންސާ ނަގަން އެއްވެސް މިހަކު ބޭނުމުގައި ނުވެ އެވެ.

ހުރިހާ ޒާތެޖެހުންގެ އިންސާނީ އިޖްތިމާޢީ ކަންކަމަށް އަޅުގަނޑު އިޙްތިރާމް ކުރަމެވެ. މިކަމާ ގުޅޭ ސިޔާސަތުތަކާ ވިސްނާލާމާ ރިނގާނެވެ. އުނިވަރސިޓީގެ ހުރިހާ ދާއިރާތަކާއި ދެނިވާފަރާތްތަކާ ކޮންމެ ގުޅުންތަކާ ޖެހޭނެ ކުރިމަތިލާނެ ހުރިހާ ފަރާތްތަކާއި ގުޅުން މިނިސްޓްރީތަކުން ބަޔާންކުރާ ސިޔާސަތުތަކާ ހަމައަށް ކުރިއަރާތަކުން ރާއްޖޭގެ ހުރިހާ ބަޔަކު ނުނާގަ ނޫނެކޭ އަޅުގަނޑު އެދެމެވެ. އެއީ ނަމަ ފުރުސަތުތަކުން މަސައްކަތް ކުރަން ސޯޝަލް ހުރަސް ނުވާ ގޮތަށް އަޅުގަނޑު ބާރުއަޅާ ރައްޔިތުންނަށް ހިންގާ ސިޔާސަތުތަކުން ނުރަސް ކަމަށްވާ، އެއީ ދެކުނު ޖާގަތަކުން ކޮށްދޭ ކަމަށް، އެއީ ގިނަ ފުރުސަތު ބޭނުން ބޭރުކަންކަމުގެ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން ނުރަސް ކަމަށް، އަޅުގަނޑުގެ އާއިލާއާ އަޅުގަނޑުގެ އަމިއްލަ ނަފްސުގެ ދިރިހުރި މިސާލުން ކިޔުންތެރިންނަށް ހުށަހަޅާ ފާހަގަކޮށް ކަމަށެވެ.

ބަލިތަކުން ޒާތީ ފިކުރުތަކާއި ޝަރީޢަތުތަކާއި ތަރަޖަމާކުރެވިފައި ހުރި ރަހަތަކާއި ދިރިއުޅުމުގެ މަޖަލީގެ އޮންލައިން ބަލާ، ހަމައެކަނި ޖަމާއަތަކުން ބެލުމަށް މިސާލަކަށް ގޮތެއް ކޮޅުން ނުކުތުން. ގިނަ އެއްޗެހި ގޮތުގައި ވަގުތުގެ ބޭނުން ކުރާ ނަމަވެސް ރާއްޖޭގެ ބަލިތަކަށް ބޮޑެތި ގޮތުން ފަސޭހަ ގޮތުން ކުރިޔާ ރިހުން، ބިރުގަތުމާ، ސައި، ކޯފީ، ބަނޑުފުރުން، ހަކުރު، ބަނޑުބައި އަދި ބަނޑުބާރު ނުލެން ބަލިތަކުން ލިބޭ ގޮތުންނެވެ. އެއަށްފަހު ކަމާ ކާނާ ކައިން ވިޔަފާރި މަރުކަން، ކާނާގެ އާދަތަކުން މަޖެހުން ބަދަލުތަކުން ގަނޑުމަކުން ވިސްނައިދޭން ޖެހެއެވެ.

ޒުވާނުން ގޮތުން ހުރިހާ ފިރިހެނުންނާއި ބޮޑެތި ބަލިބަލި ބައެއް ނުރަން ކަމުން އެންމެން އެއްޗެހިކާ ރެކުވެ ޕްރޮޓީނަކުން ހެދުމާ ކުރިހެދެ ހުރިހާ ކަންތައް ބަޔަކުން ނިކަމެތި ކޮށްދޭ މިރު އަޅުގަނޑުމެން ކަމަށްގޮތަކުން ކޮންމެގޮތަކުން ޚާއްޞަ ބޭނުންތަކުގެ ކަންތައްތަކާއި ބެލެހެއްޓުމަށް އަސްލު ނިސްބަތްވާ މަސްލަހަތުތަކަކީ ސޮފްޓްވެއަރު ދިރިއުޅުމުގެ ފަސޭހަތަކާއި ފިސާރި ކުޑަކުޑަ ރަހަ، ބިރުގަތުމާ، ކަޅުބުރިބަރު، ބިސް އަދި ބިސްކޯދު ބިސްކޯތު ނުނިކުމެވޭނެ ވިޔަފާރިތަކުގެ ބޮޑު 52އަހަރު ވަރަށް މާބޮޑު އެހީތެރިކަން ކުޑައިރު ބަލިމީހާ ކުދިން ކެއުމުގެ ޒާތީ ބޮޑު އަހަރުގެ ހުރިހާ ބަރަބަރު ގޮތް، ކުރަފަސް އާދަ ހުރިހާ ބަރަބަރު ގަތުމަށް ދިރިއުޅުމެވެ

ޝަރުތާ ނުލާ ގޮތަށް ދީ ފިޔަވަޅު މައްޗަށް ނެރުއްވުމެވެ؛ އެކަމަކު މިއަދު އަށް އަހަރު ވަންދެން ކަށްކާފައި ހުންނަ ކާނާ ކެއުމުން ދުރުހެލިވުމަށްފަހު، އަންގަ ފޮށްޓަކާއި ފެނުބަދަ މައްޗަށް ދުވެވޭނެއެވެ.

އަޅުގަނޑުކަން ނޫނީގެ މިޒަމާނުގައި ވަރަށް ގިނަ ކުޑަކުދިންގެ ގޮތަކާއި ޖޫސަރީތަކުގައި ބިސްކޯދު ފްރިޖަށް ބަހައްޓަނީ، ބޭނުން ފަސޭހައިން އަމިއްލައަށް އެޅިދާނެތީ.

އެ ގެއްލުން ހުރި މާއްދާތަކުގެ ފޮނިތަކުގެ ބަދަލުގައި ހުނި މުސްކުޅިގައި ތަޔާ މާވާ، ކަރުބް، ޕްރޮކްބާ އަދި ޗޮކަލެޓް ބޯސްކެޓްތަކާއި، ވިންޓަރުގައި ހިލި މާވާ ބޯސްކެޓްތައް ބޭހެއްޓުމަށް ފަހު، އެއީ ކުޑަކުދިންނަށް ހުރިހާ ގޮތަކުގައި މިނިވަންކަމާއެކު އަދި ބޭނުން ވަރަކަށް ކާން ދޫކޮށްލެވޭ ޗެހެ ޢެވް ދުވަހުގެ އެވް. ދުވަސް އަށްމާތްކަންކަމުގެ ފެންވަރުގައި، ގުދުރަތީގެ ގާބިލުތަކަށް، ކުޑަކުދިން ޗެއްލަނޑްފޮށިތަކާއި ކާނގެ ބަދަލުގައި އަލަމާރިތަކުން މާލާ ބޭނުންކުރަން ފަރާތް ގޮތަކާއި، މިހާރު ފޮތްތަކަށް އަދިއްޔާ އަތުން އަދިއްޔާ ސިއްހަތަށް ތަޣައްޔަރުކުން ލިބިގެންދާނެ ގޮތެވެ.

ހުރިހާ ބާވަތްތަކުގެ ރޮ ޢީބުން ސިސްޓަމް ޓްރޭނިންގްތަކުގައި ވަސް ތައްޔާރުވާ ކުރަން ދޭހެ އެވެ ގެ ބަލިމީހުންނާއި އަހުލުވެރިން ލިބޭ ނަފީޢު އަންގަނުވާނެއެވެ.
އާންމު ރަސްމީ ރަނގަޅުވެއްޖެ ވެރިން ބޭނުންތެރި އިސްލާހުތައް ގެންސްނދުވާނީ. ކާރާއަށް އެޒެރެއްސާ މިހުންނަން ކައުނާ ކާނގެ "އުފާތަކުން" ދެކޭން މަހުރުމް ނުކާން، ޅަތަނގެ މަރުވާ އެއްޗެއް ނުމަވެސް، މިވަގުތަށް، އެތަކުރީގެ މިނިވަރު މަދުވެގެން 50ޖަސްޓިން މަދުކަން، ގެއްލުމުގެ ބަދަލުގައި ތޮރާ ސްރީޓުގައި ހޮ ކާމްފޮޓްން، އަދި ބައި... މުސްލިމުގެ ދުވާތަކުގެ އެތައް ވައްތަރުކުރެވެ. މިޒަމަނު ކަންތައް ކުރުމުން ކައިން ތަޖުރިބާ ހިތްގައިމު ފެށޭނު ދިއުމުގެ ނުރޮން، ރައްކާތެރިކަމުގެ ސިއްހަތު ވަސް ވެރިކަމާ، އާންމު އިސްތިހާރުގައި ބޯޖު ސަލާމަތްތެރިކަމުގެ އަސަރު ކުރާނެ އެވެ.

ކައްކާ ކާނގެ ސަބަބުން މިބޭ ގެއްލުންތައް އާންމުންނަށް އަހުލުވެރިވުމުން އޭރުން ދުރުހެލިވުމަށް މަސައްކަތް ކުރާނެއެވެ. އަދި، އެމިހުންގެ އެޤްލާޤީންގެ އަޖު އަރަޒުދާން، އަޅުގަނޑުމެންގެ ނަމޫނާއަށް ތަބާވެ، ފުރިހަމައަށް ތި ކައުމުގެ އާދައިން އަމިއްލަ ނަފްސާއި އާއިލާގެ ފުރިހަމަ ބިއްލުރަ އިޖުތިމާއީޓްކުރުން، ޑިނާ އަދަދުތަކުގެ ބެއްދުވެރި ބާރަށް ފެނުނަސްނެއެވެ. ރަނގަޅުވުމުގެ ހުރިހާ އެންމެދުވަހު ގެއްލިފައިވާ ނިވަޔަ ގެދޮރުތަކާ ނުރަނަ ހަރަގަނޑުގެ ސިފަ ގެއްލިފައިވާ މީހުންނަށް ވިސްނާނީ، ކާ ކައުމުން ހުރިހާ ރަހަތަކާނ ތަބާވުމުން، އަންގަ މަދު މަސްކާތަކުގެ ތަރަހައިގައި އަތަކުގެ ހުވަފެނުގައި ދަރުކުރުމަށް އަހަރެން ސިއްހަތު މިބަސް ކަމެވެ.

ޗީނުން ގިނަ ފޮތްތަކެއް ޝާއިޢު ކުރަނީ އެ ފަރާވާ ދައުލަތެއްގެ ޗާޓަރެވެ
އަނިބު، ޒަޢާނާ، އާފަތު، ގެނައުން، ފިޔާ ނުވަތަ ރަޤުޝް ފަދަ ވަކި ފޯލާއި ތަރުކާރީގެ ޕްރޮޑަކްޓްތަކާއި، އެތަކެތި ބޭނުންކުރުމުގެ
ހެއްބަ ޗާތްތައް ތަރައްޤީކޮށްދީފި، އިތުރު ޝަރީޢަތުގެ ސިފައެއްގައި އެ އަޕްރޫޝަންތައް އިންވެސްޓް ކުރަން މަސައްކަތް ކުރެއެވެ.
ހޯދާތަކުގައި ކާން ލިބޭ ހުރިހާ ބާވަތްތަކެއްގެ ރޮސްބަރާގޮތަކާއި ފުރިހަމަ ނިއުޓްރިޝަންތަކެއް ކަމަށާއި، އެއް ސިފަތަކެއް ހުންނަ
ގަސްބަރާގޮތަކެއް ކަމަށް ވަސް ވިދާޅުވި އެވެ. ޗީނުކަން ކާނާގެ ބައްޓަނުކަން ޖެހުނަސް، އެއީ ޖަރާސީމުގެ ޖީވަސްޓެތަކެއް ފުރިހަމަކުރި،
ގެނައުންތަކުގެ މަސައްކަތްތަކެއް ތަރައްޤީކޮށްދިން، ބަލިމީހާގެ ސިއްޙަތު އަޅާން އާދަޔާއިދާ އެއްވެލެވެ. މިފަދަ ހޯދާތަކެއް ބާރު މައުލޫމާތު
އާންމުންގެ އެތެރޭގައި ހިދު ބަރައްޤީނު ޖެހިސް، އެފަދަ ވަފާއަށް އެއްވެސް ފައިސާއެއް ދިޔަމަތިވި ފާއިދާ ހުރިއްސި ކަމެއް ކަމަށް ވެސް
ވިދާޅުވި އެވެ.

ކައުންސިލް ކާ މީހުންގެ ޖެއިލްޒީކަސް ފުރިހަމަކުރި މަޢުލޫމާތު ފަދަ ފުރުއްބުރުންތަކަކުންނެވެ. ގިނަ ހާލަތްތަކުގައި ޖައްލުން ހުރި
ކާނާތަކާއި ބޭނުންތެރި ކާނާތަކެއް ކަމަށް ވަޒަންވާފައި، ފުދޭވަރަކަށް މުހިންމު ކާނާތަކާއި ޖައްލުން ހުރި ކާނާތަކުގެ ބާވަތުގައި
ތަވްސީލުކާން، އެއީ ކަސްޖެހިލުން މަގާ އެއްކޮށެވެ. އެއީ ކައުކާ ކާ ޗީނުގެ ތަޖުރިބާ ޕިޔާވާފައިވަސް ކާޑުތަކާއިގެ ވަރުބި، ފަރުވާ
އަދި ފުރުއަރާ އަސަރުތަކާއި ލެބޯޓަރީގައި ކުރެވޭ ގޮތުން ހިސާބުތަކުގެ މައްޗަށެވެ. އެ ފުރުއަރާ އަދި ގޮތުން ހިސާބުތަކުގެ ސަބަބުން
އެތައް މިލިއަން މައުސޫމް ބަރާކާ ނަތީޖާދޭނެއެވެ.

އެންމެ އިތުބާރުހުރި ގައިޒާކާ ތަ-އިޖްތިމާޢީ އަސާސީ އަދި ފުދިގެން ތަޖުރިބާ، އޭގެ ނަތީޖާއެއްގެ ޗާޓުން ލެޒާރާއު ސަޔިންސްގައި،
އާންމުކޮށް، އަދި ޖައިޒަޖިކްސްގައި ހުންނަ ހުރިހާ ގޮސްތަކާއި، ފުރުއަރާރުންތަކާއި، އާޓީސްޓްޓަރުންތައް އެއްވެރަށް އަލިކޮށް
އިސްލާހުވެގެންދެވޭ އެންމެންނަށްހެދާވެ. އެ ތަޖުރިބާގެ މިސާލުތައް ދުރުދުރުން ގިނަކޮށް، ލިބޭ ނަތީޖާތަކަށް ހުރިހާ
އިންސާނުންނަށް އަހުލުވެރިކޮށްދިނުމަކީ ކާނުމަގުން ކުރަނީޖެހޭ ކަމެކެވެ.

އެއީ ކައުންސިލްތަކަށް އަލަކަން އުފަން ކައުންސަލް ހާނިގެން ދިއުމަކީ އެންމެ ގޮސް ކުރެކެވެ

ކައުންސިލް ކުރިމަތީ ގުދުރަތީ ނޫން އާދަޔާއި ކަމާއި، އިންސާނުންގެ ހުރިހާ ބަދަލުތަކެއްގެ ސަބަބުން ކަމާއި، އެއީ ފުރިހަމަކުރާ އާއި
ނަފްރަތު ނުތެރި ހިފެހެއްޓުމުގެ ޝީލާރާއަކަން ވެއްޖެނަމަ، ޝީލާރާއަކަން ވެފައިވާ މީހާ މިނިވަން ކުރެވޭ ވަރަށް ބިރުވެރި
އެޖެއްޓަރްލަކަން އެންމެންނަކަން އެނގޭމުންނެވެ އަމިއްލައަކަން އަނބުރާލާފައި އެއީ އަތުދަށުން.

ކާނު ހަރުގެއް އޮޕީ ބޮޑުރިވެރި މީހަކަން އެކަން ތަޢާރަފް ކުރެވޭ ޖަރާސީމުގެ ތެރެއަށް...

މައްސޫލު އަލަށް އުފަން ކުއްޖަކު އޭނާގެ ވަރަށް އަމިއްލަ އަޑުން ހުއްޓުވާ؟ އަލިފާނުގައި އަނދާލައި، ހަލާކުކޮށް، މަރާލާފައިވާ ކާނާތަކުން އޭނާގެ ކުޑަ ދަރިފުޅުގެ ގެނބިގެންދާ ތަޢާރުފުގެ ކޮން ހަދައެއް ހުއްޓުވޭ؟ އެއީ ހުރިހާ ޖަރީމާތަކުގެ ތެރެއިން އެންމެ ބަދުނުވާ ޖަރީމާއެއް ނޫންތޯ، ހަޅުތަކުގައި އެއީ ވިހަކަ މަރާލުމެއް ނޫންތޯ، އެހެނިހެން ފުރުސަތުއެއް ނޫންތޯ؟ އަދުގަނޑު އަމިއްލައަށްވުރެ އަދުގަނޑުގެ ފްލޯ ދެދަރިން އެމްބަރ އަމިއްލަ އަޑުން މަރާލާފައިވާތީ، އެ ޖަރީމާގެ ބޮޑުކަން އަދުގަނޑު ފެނިގަތަން އެނގޭ.

ހިޔާލުތަކުގައި ކާނާއަށް އެޅުވުން ފެނިގެންވާ ހުރިހާ މައިންބަފައިންނަށް ފުރުސަތުއެއް ދެވޭ. މިހާރުގެ ތެރޭގައިވާ ގެރިންގައި އެއްވެސް މީހަކު މަރުންވެސް ގޮތުރަތި މަރައްގެ ގޮތުގައި ގޮވާލެވޭ. ހުރިހާ މަރުތަކަކީ ކުއްލި ކާނާ ކުއްލި ކާނާ އެއްވެސް ދެތީން ބޭނުންތަކުގެ ނަތީޖާ ކަމަކަށް، ކުރިންނަން ކުއްލި ކާނާ ކުއްލިމަން ދަށްވެއްޓޯދު ހުރިހާ ތަރިޕާ ސާކާރު ނަޝްރުކުރި ބަލިބަޔާ ހުރިހާ މައިންބަފައިން ކަމަށްވާ. ކުއްލިލޫދުގައި ކާ މައިންބަފައިންނަން ފެނިހަމައަން ވިސްނުން ދޭނެ ކަމެއް ދަރިންގެ ތާނގެ ބައްދަލުވުމުގެ ވަސީލަތް ޖީނާ ހުރުހަސް އަމިއްލަ ތާނގެ ކަމުގައި ކަމެއް. އެމީހުން އާންމުކޮށް ގޮސް މަގުގައި ދުވުމަށްވާ ކުރެން މި މައްސަލަ އާނަގެ ސިފައަށްކަން ބަލަން ޖެހޭނެ.

ތާނގެ ކުއްސަރުއްގެ ނުވަތަ ހިތުގެ ސައިބަރުކަމުގެ ބިންގާ އަޅާފައި ތުއްތު ކުއްޖާއަން ދޭ ކުއްލިވެއްޔާ ހުއްޓާ ހުރި ކާނާގެ ފުރަތަމަ ތާތަރަ ކުރުގައި ވިއަސް، މި ބަލި އެންމެ އުމުރުން ދުވަސްވީއިރު ވެސް ފެނިގެންދެއެވެ.

ކުއްލި ކާނާއިން ފުރަން މަސްދޫކުރުމަށް ބޭނުމެއް ދިމާވާ ހުރިހާ އަދި ނަމަވެސް ކަށް ކަމަށް ދަރިފުޅު ކުރެވިދާނެއެވެ. ވަރަށް ބަދަލުވެފައިވާ ދެން، އެ ހާލަތުގައި އެހެންނަށް ގެއްލުން ހުރި އާދަކާދައިގައި އެހެންނަށް ހިތް ފުދޭފަދަ ކަމަށް ދެކިދާނެއެވެ. އެކަމަކު ތެއްތު ކުއްޖާގެ އިންތިޒާމް ގާތް ފެހިރައްޔާ އަނދާއި، ހަލާކުކޮށް، އެހެންނަށް ދިރިވެ ދާއިރާތަކުން މަސްއޫލިއްޔަތު، ގެއްލުން ހުރި ޖާއިޒާތަކުން ބަދަލުކޮށް، ދަރިން ތުއްތު ކުއްޖާއަށް ދިނުމަށް މަސްއޫލިއްޔަތު ކަމެއް ތިބޭ ހުއްޓޭ؟ މައްސޫލު ކުރިންނާ ދެކެ މި ވާއިންސާނީ އަމަލުތަކެއް، މި ބާބަރިޒަމް، ހަމަ ތަފްސީލަށްވެސް ހުއްޓާލަން ޖެހެއެވެ.

ބެލެނިވެރިއަކު ދަރިފުޅަކަށް ހުކުރު ތެރި، ޚުދުސްވީ ބަހައްސަ ނުވަތަ މުޅި ބަހާނާ ދިނުމުގެ ބަދަލުގައި ފޮތުގައި ފާސްފުޅުގެ ޖާއިޒާ ހަދައިދޭ ދިނުމަށް ހުރަސްއަޅާ ސައިންސުގެ އެއްވެސް އުސޫލެއް ނެތެވެ؛ ހިސާބު ކުރުމުގެ ބަދަލުގައި ކުޑަކޮށް، ޙާދިސާ، އަނބު އަދި އާފަލުގެ ތަށި ޖޫސް؛ ޗޮކްލެޓުގެ ބަދަލުގައި ރީ ގޮވާ؛ މަހާ ސަލަތުގެ ބަދަލުގައި ފޭރާން، އަލުވިގެ، ސްޕެގެޓީ ބިސް އަދި ދޭސް އެވެ. ރީ ކާނާ ކުއްލިން ކުއްޖާއަން ދިރުވުން، އުފާވެރި، ނިދި އުފާވެރި ލިބުން، ބަދަލު ކާނާ ކުއްލިން ބަލިވެ، ވަރުގަދަ ނުލިބި މަރުވެދިނުން މަނާކުރެއެވެ. އެކުއްޖާ މުޅި ފުރާނައަކީ ރީ ކާނާއަން އެއްވެސް ތަކުލީފުކުރުމެއް. އެނާ ޒަމާނީ ކުރަމުންދާ އެނާގެ ރީ މަޑުރަވިރަހަ އެއްވެސް ގެއްލުމެއް ނުދީ ހުރި ރޭގަނޑުގައި ލިބެން ޖެހޭ ކަމަކާއި އެތަކެއް މަހެއް އެނާއަން ވާދަވެރި ހަމަ ލިބިގެންވާ ކަމަށް.

އާންމު ވިސްނުމާއި ސަމާލުކަން މަސްދަރު ނުވާ ޤާނޫނު ނުވަތަ ބޭނުންވެރިޔާ އެހެނިހެން އަދަބުކަރުންގެ ހާލު، އެންމެ
ކުޑަމިނުން ފަސްގެހުމުގައި ނުވެއެވެ.

އުމުރުން ދިން ހަމަޖެހުމާއި ބެހޭ ކުއްޖާގެ ގޮނޑަލުން ބެލުން ފެނިއެވެ
ގަވާއިދާ ހިލާފަށް އޮޅުވާލެވުން ކުރުމަށް ބޭނުކުރި، ކުރު ވިސްނުމުގެ ޤާނޫނު އަދިވާސުގެ މަތީގައި އަސާސާތަކާއި އެކަށް ހުސް މުސްތަހައްގު
ބަދަލުގައި ދަތިން ވައްތަރަށް އާދޭސްކުރުމުގެ ވިސްނުން ޖެހިލުއްވީ ޓެސްޓް ގަހައި، މިހެން ވުމުން އަހަރުގެ އަމިއްލަ ސަމާލުކަމާއި ބެހޭ
ކުއްޖާގެ މައިންބަފައިންގެ ސަމާލުކަން ފަސް އަރާމުކޮށްދެއްވެވެ. ކުއްޖާގެ އަތުން ގޮތުގައި ކާނާގައި ހުންނަ ވިސްނުމަށް މަންމަ
ނަށްބާނާމާނަމަ، ކުއްޖާއަށް ވިސްނުން މަދުވުމުގެ ސިކުނޑިއަކަށް ވާންތީ ޕޮއިންޓްގެން ހުއްޓުވީ؟

ކުޑައިރުކާލަކު ދެ މަރާލައި، ގެދަރަށްން ކުރާ މުޅިޖެހޭ މުހިން އަމިއްލައަށް ބަސްފިޔާކުރާމާ ހިންގާވެ. އަޅުގަނޑުމެން
އަނގައިން އިނގިރޭސިގެ ހަރުގަނޑުގެ ފުރާޅީގައި އެންމެ ހަނޑުލުގެ ދަރިފުޅުން ބައްޕަފު ކުރިމާ އަވަހަކަށް، އެ ޖަރާސީމު އެ
ދަނޑުވެރިކަން ނަގައި، ފަރާމައި، މުދި ހަރުގަނޑަށް ބާރުވައެވެ. އެ ދަނޑުވެރިކަމުގެ ބާވަތްތަކުގައި ޖަމާވެފައިވާ އެބައް ހުސް ބަލާބު
މާއްދާބައް ހުރިހާ ދިމާލުކަން ދަބުރުވާން، އެއިން ކާންމު މާއްދާއެއް ވެސް ދަނި އެމިހުންގެ ވާޖިބު އަދާކުރުމަށެވެ. މިޤަބުން ހަނޑުލުގެ
ދަނޑުއެއްގައި ހުންނަ އެކިއެކި ނިއުޓްރިޝަން ކާންސެޓްރޭޝަން ބަލާބު ދިހަހުސް މަސައްކަތްބައް ކާން، އެއްވެސް ކުރައް
ނުވަތަ އެނިކަމެއް ނުރަ ޖަރާސީމުގެ ބާރުތިކަށް މަސައްކަތްބައް ކުރިއަށް ގެންދެއެވެ.

އެކަމަކު ވާނީ ކިހިނެއްތޯ އަހަރެމެން ބަނޑުގެ ބައްޕަފު ކުރާއިރު އޭގެ ކުރުކާލާ ހިނދު...
ހުދު ބޯނި ހުއްޓުވީ؟ އެއީ އަމާޒެއް ނެތި ބަނޑު މަސައްކަތް ކުރަން ސުރު ކުރާ ކަމެކެވެ؛ އެއީ އަންދާވައިގެން ބޭކާރު ހުނަކަން
ބަދަލުވާން، ނުވަތަ އެންމެ ރަނގަޅަށް ބެހޭނަމަ، ބައެއް ފެރުވާކުރެ، އަދި ނަތީ ގޮތުބައްކަން މުޅި ނެތް މަދު ޕްރޮޓީންބައް ނުވަތަ
ހިލަބައް އިބުރުކުރުމަށެވެ. ސަފު ހަނޑުލުން ކާ ޗީޒުގެ ހިބަލު ކާރި ދަނޑުއެއް ފަދައިން ވަރުގަދަ އަދި ވަރުގަދަ ހިބައް ކަމުގައި
ވާއިރު، ހުދު ބޯނި ކާ ޗީޒުގެ ހިބަލު އެހާ ބޯންނުކުރާ ބޮޑީ ފަދައިން ބަލިކަރި އަދި ފަދައިގެންދާ ހިބަކެވެ. މިކަމަށް ހެލިވެފައްވާ،
ހިބް ފެއިލްވުމުގެ އަދަދު ދުވަހުން ދުވަހަކަށް އިބުރުވަމުންދާ ކަމެވެ.

ކަންމެވެސް މުޅިޖެހޭ ބައްގެ ސަބަބުން މުދި ދުނިޔެ މިއަދު ހޯލުކަމަށް އަންނަނީ ހުއްޓުވީ
އަދި ރޯ ކާއްމުގެ އާދަ ގެންގުޅެ، އެމީހުންގެ ބަނޑުތަކުގައި މާ ކުރިއަށްދާއިވާ ބައްމު ވަކި ކާސްޓަމް ފުރަވައި، ކުރިއަން ޤާބު ދިން
ހަބަރު ދިހަ އަހަރު ބުރޯގައި، މުސްކުރިން ވަންދުން ވަގުތުން މަރުވާ މީހުން ނުހުންނާނެއެވެ

Machine Translated by Google

މީހުން އިންތިޚާބަށް މުސްކުޅި އުމުރަށް ވާސިލުވެއްޖެ. އެގޮތުގައި ކައުންސިލުގައި ކުއްލިގެ ސަބަބުން މަރުވާ މީހުންގެ އަދަދު އަންނަ ބޮޑު ހަނގުރާމަތަކުގައި މަރުވާ މީހުންގެ އަދަދު އެބައި ގެނައުމަށް އިތުރުވެއްޖެ.

އެއްވެސް އާރިތެރިކަމެއް ނޯޓް ކޯރުގެ ކުއްޖެއްގެ ނަމުގައި އަނބުރާކޮޅާ ހުރިހާ ސައިންސްވެރިންނަށް އިލްތިމާސް ކުރަން، އުނގެނުމުގެ ފީލްޑުތައް، ގައުމުތަކުގެ ޕާލިމެންޓުތައް، ސިއްޙީ ފުޓުބޯޅަކާއި، މައިންބަފައިންނާއި، މުޅި ދުނިޔޭގައި ތިބި ހުރިހާ ފީލްޑުތަކެއް، ކުޑަކުދިންނާ ދުރުގައި ހުންނާ އަށް ބޮޑުވެރި ޖަރީމާއަށް ވަގުތުން ނިމުމެއް ގެނައުމަށް ޖަހައްދަން ކަމަށް. ކޯންމެ ދުވަހަކުގެ ތަސްވީރުން އެބައް ހާސް މައިސްކުރު މީހުންގެ ފުރާނަ ގެއްލިގެންދެއެވެ. ބޮޑެތި މީހުންނަށް ކުއްޔާ ކާރާގެ މަރުވާ އުޅާބަޔަކަށް ފުރާނަ ފުރުޞަތުދީ، އެގޮތުން އަމިއްލަ މަރުވާން މިނިވަން ނަމަވެސް، ހުރިޒަލްތަށް އަށް ކާރާބަޔަކުން އެއްވެސް އެފާލަށް ދިނުމާ ދުރުގައި، ހަމައެކަނި ފުރިހަމަ ދީނީ ތަޢުލީމުދޭ ހައްޤު ދިފާޢުކުރާ ކާރާތަކުން އެކަށީގެންވާ ފިޔަވަޅު ނުއަޅާނީ ކީއްވެތޯ؟ ކުރިޔަށް ބޮޑުވެދާން އަހަރެން މީހުން ކާބަން ފުރާނަ ކަމަކާއި ދުނިޔެ އަމިއްލައަށް ކުރާމީހުންގެ ހިތުގެ ހާލަތު ކުރެވިފައިވަނިކޮށް ބަދަލުވެގެން ބޮޑުވެރިޔާ ކަމެއް ނުކުރެވޭ. ފުރަތަމަ ކަމެއް ކުރަނީ ކުއްޖާ ކުޑަކުދިން ބޮޑުކަމަށް ބަލާއިރު ދިމާވާ ދަތިތަކުން ނިދާން ކުރެވުނު، ތަ ކުރާމީހުންގެ އަތްފޯނު ކާރިހާބޭނުން އަޅާކަށް ހަމައެކަނި އިންތިޒާމުކުރާ ކުރިއެރުމަށް ކަމަކަށް. ދުން އަހަރެން މީހުންގެ ބަނދުކުރާ ނުވަތަ މަސްތުވާތަކެއްގެ ވަބާ ފެނި، އެކަމަކު އެހެން ފެހިކަންކަން ރަނގަޅަށް ދުރުކުރިވާ ބޮޑެތި ބަދަލު ގިނައިން ބަދުލު އެބަ ގޮސްދެވެ. އަހަރެންގެ ދަރިފުޅުގެ އުމުރުން މިހާރުވެސް 6އަހަރެވެ

(މިއީ 1963ވަނަ އަހަރުން އިސްތިޢުފާދޭން، ފުރަތަމަ މި ބަޔާ ހިތުވެސް ދޫވަސްވަރަން އަދި ޕްރެސިޑެންޓްގެ)
ހުރިހާ ކަމެއް ވިސްނާލީމާ، ކައުންސިލުގައި ހުންނަ ކާނާ އަހަރެން މީހުން ކާބަން ފެންނަ ނަރަވެސް އޭނާ އަމިއްލައަށް އެކަމަން މުޅި ނަފްސާނީ ކުރެއްވި. ތިއްބެ ދަރިފުޅަށް މަސްތުވާތަކުގެ އާދަ ދަސްކުރުވާދިނީ ކޮން އުފެއްދުމެއް އޭރުކަމެއް ހުރެއްޔޯ؟

އަމިއްލަ ދަރިފުޅު ފުރަބަންދު، އޭނާގެ ނަފްސާނީ އުފެދޭ އާދަތަކުގެ ކުރިމަތީ އެކުވެރިއަކަށް ހުރުމަކީ ފީރިހުނަރު ބާރުއަޅާ ކޮން އާދަކަމެއް ވިސްނުމެއް ހުރެއްޔޯ؟ މައިންބަފައިން ފުރަތަމަ ސިއްރުން ތަނީގެ ކައުންސިލާ ގުދުރަތީގެ ފާހަގަކޮށް ތަޢުލީމާ އެއްގޮތަކަށް ތަރުބިއްޔަތުދޭން، ދުން ބޮޑުވެދިނުމަށް، އަހަރެން ހުރިހާ ފުރިޝް ކުރެއްވޭ ޝަރީޢަތުގައި ކުރާ ފުރުއިން، އޭނާގެ މުސްތަޤްބަލްގެ ކަންތައްތައް އޭނާގެ އަމިއްލަ އިޖުތިމާޢީ ދުޅަހެޔޮކަމެވެ.

މި ސަފުހާގައި ޖިންސީ ދޫކޮށްލުމުގެ ބަނޑުވެރި ބެލުންވެރިއަކަށް އަހަރެން ކަމާބެހޭ ފަރާތްތަކުން މުދަން ތަފާތު ވަފާތުކަމެއް ދިރުވާ ކަމުގެ ޖަސްޓިސްޓާރާޝަން ހުރިފައެއް ނުވެއެވެ. ހަލާކުވުމުގެ އަޖެން އަދާނުވުމުގައި ދަރިމިބަންޏާ، ދަރިފުޅުގެ ސިއްޙަތު ހަވާލާތަކުން، އޭނާގެ މުސްތަޤްބަލުގެ ޚިދުމަތްތަކާ އޭނާގެ ކާނާ ނުވަތަ 10،000މާއްދާގެ ބަދަލުގައި ސުވާލު މާއްދާ، ދިރިހުރި ސަލާމަތުގެ ބަދަލުގައި މަސްތުވާތަކުގެ ސަލާ، ފުރިހަމަކަން ބަލަންސްގެ ތާ މުޖުތަމަޢު ޖީލުގެ ޖަމާޢަތް މުޖުތަމަޢު، ގުދުރަތީ ބޭނުންތެރިކަން އަސްލު އަސާސީ ޚުދުމުޚުތާރު އެއްޗެހިތަކުން ގޮސްއެވެ

Machine Translated by Google

ގުދުރަތީ ނޫން ނިއުޓްރިޝަންބަލަން ނިއުޓްރިޝަންބަސް، ހުދު ރޫނިން ފަތްފުފައިވާ ހަނގުވާއި، މަސްވެން ފުރި ޖީސް، އަދި ޖެމް އިން ތަޖާ މޭވާ އެވެ.

ގެސްޓޭޝަނަލް ޑައިބެޓިސް ބާލިސް ޝޮޕިންގ ލިސްޓް ގެ ޗެކް ކުރުމަށް...
މިޔަ އަ ޗިސްޓަކް އިން ނޫޓް ޕްރެޖަންސީ ދަސް ވިތް ފުޑްސްޓަފްސް އިން ކ
ކޮކެޓް ސްޓަކް

އަލުގަނޑު އާންމުކޮން ހުރިހާ ސަބަބުތަކުން ހިތްޕިޔާސް ކުރަން ނުވަތަ އަލުގަނޑުގެ ޒިންދާ ކުރަންވެރިކޮށްދޭނެ ކަމެއް...
އެކަމަކު މިދި ދުނިޔެއަށް އިއުފާޅުކުރުން، ނުވަތަ ގުދުރަތީ ކާނާ އަޅުވާލަނީ ހަރާއިރު، އެތަކެތީގެ ނިއުޓްރިޝަން
ކޮންސެޕްޓްސް ނުވަތަ ހަކަތަ ހިލޭ މިނުވަރަށް އެއްވެސް ގެއްލުމެއް ނުލިބޭކަން ސާބިތުކޮށްދީފައިވެ؛ ދިރިހުރި ބަރުކަށި
ސިލްބަތުގެ އެއްވެސް މަރުވެ ނުހިނގާ ކަމަށާއި އެޓްމޮސްފިއަރުގެ މޮލިކިއުލް އަސާސީއަށް އެއްވެސް ބަދަލެއް ނޯނެ ކަމަށެވެ. އެމީހުން
އިބަރަށް ސާބިތުކުރަން ބޭނުމީ އިންސާނާގެ ޖެހޭނީ ނިއުޓްރިއަންޓްސް އުފެއްދުމުގައި މެދުއަރާ އަން ގެހުރު ހެދުވެއިވަނީ،
ފުލްބްރީވާއި ބަދިގެތަކުގައި ހިނގާ އާމުދަނީގެ "ސުފުކޮންފެއިވާ، ކައްކާފައި ނުވަތަ އަސްދަފެއިވާ ހާލަތުގައި" ކާބޯތަކީ
އަލުގަނޑުގެ ހުރަހަކީ ނުދިނުމުގެ އަދި ގުދުރަތުގެ ގޮތުން އިސްލާހުކުރުމަށް އަމާޒުކޮށްގެން އަވަދިވާ ސައިންޓިފިކް
ފިޔަވަޅުތަކާއި، އިންސާނުން އުފެއްދާ އާބިފިޝަލް ވިޓަމިންތަކުގެ ނިއުޓްރިޝަނަލް ވެލިއުތަށް ގުދުރަތުން ފެންނަ ވިޓަމިންތަކަށް
ވުރެ ބޮޑުކަން ފާހަގަކޮށްލެވިއެވެ. އެކަން ސާބިތުކޮށްދޭނެ މިސާލަކަށް ހުރިފައިވާ ހިތާމަވެރި ގޮތުގައި ގޮޑުލާން، ކައްކާފައި
ހުންނަ ކައުން އައްފުކަރާ ނަރުތާލާފައި، ކައުންގެ ހިކުމަތަކީ ހިލާތަތް ހެދުމަކީ، ދުނިޔޭގެ ގުދުރަތުގެ އަޅުއްދާ ގުދުރަތީ ކާނާގެ
އަކުރުފުމަށް ހުރަސްއެޅުން ހުއްޓާލަން ޖެހެއެވެ. މަސް ކާ ޗިޔުނުގެ ގޮތުގައި ދުލާ ޗިކުން، މަސް ކާ ޖަނަވާރުތަކަށް ކުރާ ފަދައިން، އޭގެ
ސަލާމަތަކީ މަރާލުމަށް ނުލި ނުވަތަ އެއްވެސް ގޮތަކުން ޖީޖާނަރޭޓް ނުކުރެ، ކުރެވެން އޮތް ނަމަ، ތަޖާ އަދި ފުރިން މަސް ކައުން
ދުކާނެ ލާނެއެވެ.

އަލުގަނޑުމެންގެ އަތްމަތީގައި ހުރި ހުރިހާ ސައިންޓިފިކް ވަސީލަތްތަކާއެކު، އެންމެ ކުޑަކުޑަ އެއްޗެއް ޖެހޭސިފަ އުފެއްދުމަށް
ކުރަދާނަ ނުވާއިރު، އިންސާނާގެ ޖެހޭސިފަން ގުދުރަތުން އުފެއްދާ ރެ ދާތުރުތައް ބޭނުން ކޮށްދިނުން ލިބިދޭ ކަނޑައެޅުން
އަލުގަނޑުމެންނަކަށް ނުކުރެވޭ؛ އަލުގަނޑުމެން އެނގޭ ހުރިހާ ނިއުޓްރިޝަން ކޮންސެޕްޓްސްތަކުގެ އެހީގައި،
އަލުގަނޑުމެން ޖެހޭސިފަކަން އާބިފިޝަލް ގޮތެއްގައި ކޮންޓްރޯލް ކުރުމަށް ގޮތްތަކެއް ނުވުމުން؛ އަދި ކާނާ ދަސްވުމުގައި
ހުރިހާ މަޢުލޫމާތުގެ ހަސްބައިހުރި ދެނެގަތުމަށް އަލުގަނޑުމެންގެ ތެރެއިން ކޮމްޕެނީ ލިބިފައި އޮތްގޮތުން ނެއެވެ. އެއީ ބުރަދަން،
ހިސާބު ބަލަހައްޓާ ބަލައިގެ ކުރުވި، އެހެއްނެ ނިއުޓްރިޝަން ދަސްކުރުމުގައި ބޭނުން ކުރުމަށް ލިބިފައިވާ، އެކަމާ ނަތީޖާއެއްގެ
މިންވަރު އެކަށް ނިއުޓްރިޝަންތައް ލިބިފައިވެއެވެ

ކޮންސްޓިޓިއުޝަންބޭސް ހޯދިފައިވާނަމަވެސް އެ ހުރިހާ ހުކުމްތަކާ އާބިދުޝާފް ސުޕްރީމްކޯޓުގެ އިޖްތިހާދުކުރުމަށް ފުރު ބޭޒު
މުޅިންމުކަލްތަކަށް ލިބިގެންދާނެ ހުކުމްތަކަކަށް ނުވާވާނެއެވެ. އާބިދުޝާފް ވިޔަފާރިތަކާއި ކާރު ދަރަޖައެއް އެކުލެވޭ ނިޔުޝްރިޓިވް
ކޮންސްޓިޓިއުޝަންބޭސްތަކުގެ ތަފާތަކީ އިންސާނުން އުފެއްދާފައިވާ އާބިދުޝާފް ސުޕްރީމްކޯޓުތަކާއި އަހަރެމެންގެ މުޅި ގެރުކްޓިވް ނިޒާމު
އުފެދޭ ސެކިއުލަރިޒަމް ބޭސްތަކުގެ ތަފާތެވެ. ނަމަވެސް އާބިދުޝާފް ސުޕްރީމްކޯޓު އުފެއްދި ސަރިންސްވެރިން ދުވަހަކުވެސް ގެޓޫރު
ނުކުރަނީ މިހާރު ހުރި ގެރުކްޓިވް ނަޒަރިއްޔާތު، އޭގެ ބަދަލުގައި އަމިއްލަ އަމަލު އުފެއްދި އިންބަސްޕެކްޓަރ ބޭނުން އިންނަވެ.

އަދުގަނޑުމެންގެ އެންމެ ރަނގަޅު ކާމިޔާ ގޮތުގައި ފާޅުކަމަށް ރަނގަޅަށް ދިރާސާކުރުމެވެ
ޖަނަވާރާއި ތަރުކާރީގެ ޖަރާސީމުތަކުގެ އިވޮލިއުޝަން. އުކަމަކު، އެއްވެސް ހާލަތެއްގައި، ގުދުރަތުގެ މަސައްކަތް ފުރަތަމަ
ޖައްސައި، ދުނި ނިކަމެތި ގޮތަކަށް އުކުޅުމޮށުގެ ތަކެތި އާބިދުޝާފް ވިޔަފާރިތަކުގެ އެހީގައި އުކަން އަލުން ބިނާކުރަން
މަސައްކަތް ކުރަން ނުޖެހެއެވެ.

ބަޔަކުގައި އާދައިގެ ނުވަތަ މެދު ކޮޅެއް ބަޔަށްބައިގެން ފިހާރަން ފުދުމުން، ފުރަތަމަ ވަގުތުން ފެނިގެން އޭގެ ނަށްތާލުމުގެ
ފުރުސަތު އަދުގަނޑުމެން ފަހަމެވެ.
ވަގުތުން ސިއްސައިގެން ގޮސް، ފަޅައިގެން ގޮސް، މުނިކުޅައިގެ ކުޅައަކަށް ވެގެން ގޮސް ދުން ހިލިގެން ގޮސް، ތަންކޮޅެއް ޕީނައިރު
އާޖެޓޫޝަން ކުރިއަށް ގެންދާނަމަ، ޓާރުސް އަޅެވެ، މީން އެޝް އަކަން ބަދަލުވެއެވެ. އަހަރެމެންގެ ނޫޑަތުގައި ޓިކް ޓޯކް ކުރާ އަ
ޝައުގުވެރި ވަހަކާ އަހަރެމެންގެ ހިއްސާތަކަށް ހިހިފައި ތަނި ވައިގެ ތެރެއަށް ގެއްލިގެންދާ ގުދުރަތީ ކާނާގެ އެންމެ އަގުހުރި މާއްދާތަކުގެ
ވަހެވެ.

"ކެއްކުން" އަދި "ފިހުމުން" މި ލަފުޒުތަކަށް ބޭނުން ކުރެވިގެން ނުވާނެއެވެ
މިހާތަނަށް ބޭނުންކުރެވިފައިވާ ގޮތަށް ތެއްޔާރުކުރުމާއި، ބިސްކުޓުމާއި، ރަނގަޅުކުރުމެއް؛ އެއީ، އޭގެ ބަދަލުގައި، ހަލާކުކުރުމާއި،
ނައްތާލުމާއި، އަންދާލުމާއި، މަރާލުމާއި ނުވަތަ ނައްތާލުމުގެ އިހުސާސް ފުރުޅާކޮށްދިނުމަށްބަލައި، އެ އާޖެޓޫޝަނަކުގެ ސަތަބަބުން
އަދުގަނޑުމެންގެ ޖަރާސީމަން މުޅިން އެންމެ އަގުހުރި މާއްދާތައް ނައްތާލާލީއެވެ .

ތެއްތެ ކުއްޖަކު ކައްކާ ކާނާގެ ރަހަ ނަފްރަތު ކުރަނީ، ކޮން...
އެފިއަށް އެޖެބައިޖިންގެ އަސްލީ ބޭ ދަ ފުޅު އެޅެކްބް، ޖަސްޓިބް އެސް
މަސްތަވާތަކޮޅުގެ ވަރަގައި ޖެހިފައިވާ މީހާއަށް ފިއާ ކަމުދާހަން ހިވެއެވެ

ސާދާ ވިސްނުމުގެ މީހުންނަށް ހިވޭތާނަ މަސްރޫމް ކުރުމަކީ އަނިޔާވެރި ކަމެއް ކަމުގައެވެ
ކައްކާ ކާނާގެ ރަހައިން ލިބޭ އުފާވެގެ ދަރިންނެވެ. އެފަދަ

މީހުންނަށް ވިސްނުންދޭ ކަމަކީ ހަޔާތުގައި ކުރާ ކާމިޔާބު އުއްމީދުކުރެވޭ ހުރި ކާމިޔާބެއް ނޫންކަން؛ އެއީ ހަމައެކަނި ކާމިޔާބު އެޗީވްބާ މީހާއަށް މިނު އެއްޗެހި ކަމުގައި ހިވާ ފެނިދާއިރު، މަސްތުވާތަކުގެ ވަބާގައި ފެތިފައިވާއިރު އުޅޭ މީހާއަށް ވެސް ފަހު ކަމުދާ އެއްޗެހި ކަމުގައި ހިފެއެވެ. މިހާތަނަށް އަހިއިރު މި ސާދާ ހަޔާތުގެ އަޅުގަނޑުމެންނަށް ދިރިއުޅުން މުހިމު ނޫނެވެ، ސަބަބަކީ ޖަވާބުދާރީ ކާބަފައިންގެ އެޖެންޑާ އެއްވެސް މިހާރު މިނިވަންވެފައި ނުވާނެއެވެ.

އަދަދު އުފެދުނު ކުއްޖާގެ ގެނައުމަށް ހާލަތު ހުންނަނީ ހަމައެކަނި ހުރިހާ ކަމެއް އެކުލެވިގެންވާތީއެވެ. ތުއްތު ކުއްޖާއަށް ވެރިން ބޮޑަށް ކަމުދަނީ ބިލް ގޭފާއި ތަރުކާރީ އެވެ.
އަނގަ ކަނި، އަސްލު ބޮޑު ހިތްހަމަޖެހުމާއި، ބީ ދަރުމަވެރިކަމުގެ ބާވަތްތަކާއި، އާދަލާއި، ތިބާއާއި، އުބާރިޒިންއާއި، ގެރިން ޕީސް ޢަލީ ޚިދުމަތް ކަމާއި، މިއީ އިންސާނުން ވެރިން ދަށަ މީރު ނަމަވެސް ކައިރީގައި ހުންނަ މީހަކަށް ނުރުހޭ އެއްޗެކެވެ.

ކުޑަކުއްޖާއަށް ކައުނު ކާނާގެ ދަރަދިން އެއްވެސް އުފެދުނު ނުލިބޭއެވެ؛ އެހެން އެތަކެތި ނަފްރަތުކުރާކަން، މުޅި ނަފްސު ދުރުހުރިވެ، އެ ޒައިރު ފުދުރަތީ ކާނާތައް ނިވާކުރަނީ ވަރަށް ފަސޭހައިންނެވެ. އެކަމަކު ނިކަމެތި، ސާދާ ވިސްނުމުގެ މައިންބަފައިންނަށް މިކަން ނުވިސްނެއެވެ. އެހެންނަމަވެސް މަޑުމަޑުން ކަހަލަ އިޖުތިމާޢީ ހަމައެކަނި ކުއްޖާއަށް ތަރުބިއްޔަތު ކަމަށާއި، ކުއްޖާއަށް ދަރިވަރެއް ކާބޯނިޔާތުގެ ހަރުދަނާ ހަމަހަމަ ކަމަށް ދެކެވޭ، ކުއްޖާ ފުރިހަމަ އެޖެންޑާ ބަދަލުކުރަން، އެހެން ސިއްރުތަކާއި އުފާވެރިކަން ހަވާލުކުރެވެއެވެ.

އެހެންގެ ހަރާމުގެ ފުރަތަމަ މަދު އަހަރުތަކުގައި ތުއްތު ކުއްޖާ ކުރިއަށް ގެންދަނީ ބިރުވެރި ކަމެކެވެ
ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާތަކާ ދުރާލާ ކުރިމަތިލާން ބައޭ މަސައްކަތެވެ. މިކަން ހާމަކަމީ ކުޑަކުދިންގެ ދިނަ ބަލިތަކާއި ކުޑަކުދިންނަށް ޖެހެއިން ދިމާވާ ބަނޑުގެ އުދަނގޫތަކުގެ އިތުރުން ތުއްތު ކުދިން ކުރެވޭ މަރުވާ މިންވަރު މަތިވެފައިވެއެވެ. ތުއްތު ކުއްޖަކު އަދަދު ހަދާފައިވާ، ފުރިހަމަ ފުއްޓެއިއެވެ. އެހެންގެ ދަރިވަންތަކުގެ އާދައިގެ ނިޔުޓްރިޝަނަލް ހަރަކާތްތަކަށް ގުދުރަތީ ނިޔުޓްރިޝަންޓްތައް އަލުގަނޑުމެން ފުރުޞަތުދިނަމަ އެހެން ދުވަހަކުވެސް ބަލިނުވާނެއެވެ.

ނޫ-ފިގަރިޒަމް އާންމުކޮށް ތަޢާރަފު ކުރުމަކީ އެންމެން މިނިވަން ކުރެވޭނެ ހަމައެކަނި ގޮތެވެ
ދިރާސާތަކުން ބަލިތަކުގެ ޚަރަދުތަކެއް އެއްފަހަރާ. ނޫ ކައުން ފެތުރުން ފެނުން ޖެހޭނީ ބަލި މީހުންނާއި، އަދަދު އުފެދުނު ކުއްޖަކު ކުދިންނާއި، ބާރުބޮޑު އިޚްތިޔާރާއި ހިކުމަތް ލިބިގަތުމާއި މީހުންނާއި، ނޫ ކާ ކުއްޖާގެ ބެއްލެވުމަށް ބަޔަކަށްވުރެ ދަރިންގެ މަގަށް ވަސްވާސް ނުޖެހުމެވެ. ކައުކާ ކައި ކައުމުން ހިފާސަރަކަށް ދުރުހުރުމުގެ މި ފުރަތަމަ މުއްދަތު ދުވަސްވަރުގައި ކަމާބެހޭ ފަރާތްތަކުން އަންނަނީ ދުވަހު ހަމައެކަނިވެ

އެޕިހާންގެ ހިއްސާތަށް، އަދި ރޯ ކެއުމަކީ މަޖެހޭރު ކަމެއް ކަމަށް އިއުލާން ކުރުމަށް އަޅުވާ ކަނޑައަޅާނެ ކަމަށާއި، މިހާރު ވެސް ޖާހިލު، އިތުރުން ނުލިބޭ އާންމުންގެ މައްޗަށް ގެދޮރުތަކުގެ ވިސްނުންތެރި އިހްތިރާމް ތަންފީޒު ކުރާނެ ކަމަށެވެ. މުޅި ދުނިޔޭގައި ރޯ ކެއުން ގެދަރާނެ ވަގުތު އަންނާނެއެވެ. އެ ބާއްޖަވެރި މުސްތަޤުބަލުގައި ކެއުމުގެ ކުލަވަރު ގޮތުގައި އަނގަބަސް ކަމެކެވެ.

ކައްކާ ކެއުމުގެ އާދަ އަވަހަށް އުވާލުމަށް ދިރުމާ ކަމަށް ބެލެވޭ ދަތިކަމުގެ، އެކަމުގެ ސަބަބުން ލިބޭ ގެއްލުންތައް އިންކާރު ކުރުމަށް ބަހަނާއަކަށް ވެގެން ނުވާނެއެވެ.

އިންސާނީ މުޖުތަމަޢުން މި ނުބައި ވަބާތައް ނައްތާލުމަށް ޒާތަށް ނުވި ނަމަވެސް، ވައްކަމާއި ފުރުމާއި ގޯތިފުށުކުރުން ޖަސްޓިފައި ކުރަން އެއްވެސް މިހާރު މަސައްކަތް ނުކުރެއެވެ.

މުއިންމު ނުކުތާއަކީ ސައިންސްވެރިން އުސޫލުން ގަބޫލުކޮށް، ކާބޮތަކާއި ކައްކާ އާޖެޓޯސްޓަރީ ގޭގެ، ގުދުރަތީ ނޫން އަދި ނުރައްކާތެރި ކަމެއް ކަމަށާއި، އެއީ ބަލިތަކުގެ ސިޔާ ސަބަބު ކަމަށް އާންމުންނަށް އިއުލާން ކުރުމެވެ. ރޯ-އީޓިން ހަމަޖެ އަހަރީ ގޮތުން ކުރުމުގެ ދެވަނަ ސްޓޭޖު ދެން ދޫކޮށްލެވިދާނެ އޭގެ ފަހުން ހިނގާ ކާނބަލުތަކުގެ މައްސަލަ.

ކައްކާފައި ކެއުމުން ތަރުބިޔާބެން ކާނާއަން އެޑިކްޓިވްކަމާއި، ބަލިތަކާއި، މޮޅަކަށް ސައިންސާއި، ފޮރަކްޓިޓީ އުފެދިފައިއެވެ.

މޮޅަކަށް ސައިންސްގެ އެންމެ ފަހުގެ މަޢުލޫމާތާ ގުޅޭ ކުރުމުގެ އިންސާނުގެ ގުނަވަންތަކާ ގުޅޭ ބަލިތައް މޮޅަކަށް ކުރުމަށް ގާބިލު ކަމަށް ބެލެވޭ އެއްޗެއްގައި ކުރިމަތިވިއެވެ. ފަރުމާ ކުރުމުގެ ހައިސިއްޔަތުން އަސަރާއި އެންޒައިމް ނެތި ކުރުމުގެ ސަމާލު ކުރަންޖެހޭއިރު، އެ ކުރެވުނު ގޮތުގައި ހަރުގާ ކުރަނީ ސަބަބު ވާނީ ކާނބޮއި އިތުރު ފަރާތުން ބޯހަލުކުރުމެވެ. އިރުވެރި، ތިރީ އަދި އަހާރުތައް ކުރެވުނު ކަރަހާ ކުރުކަމެވެ. ހަރުގާ ބަލިތަކުގެ ދުނިޔޭގެ ފެނުންތެރިކަން ހާލަތުގައި ސައިންސުގެ ގޮތުގައިވެސް ބެލެއެވެ. ރޯ ކެއުމުން އެ ދެނެގަނެވިދާނެ އިހްތިޔާރު ކުރަން މަޖުބޫރުވެއެވެ.

ދަ ފްރުކްޓޭރިއަން އޮފް ރޯ-އީޓިންގ އިން ރައި ފުޑްސް

އުމުރުން 60 އަހަރުގައި އަތުގަނޑުން މި ސަފުހާތަށް ލިޔުން ލިބުމެއް...

ރޯ-ކެއުން. މިގެ ހަތް އަހަރު ކުރިން އަހަރުންގެ ހިތުގެ ހާލު ދަރުކާމުން ހިތުގެ ސްޓްރޯކެއް ޖެހުމާއި ކޮންމެހެން ވާންޖެހޭ ކަމެއް ކަމުގައި ހިފިއެވެ. އަހަރުން ކުރިން ނުވާ ކެނޑިގެން ދިޔައީ މަރު ފިޔަވަޅުތަކެއް އަޅައިގެން؛ ފެން ބާލިދިޔައެއް އުފުލާފައިވާތަކުގެ ބޮޑެތި އަހަރުންގެ އަތުގައި ނުވެވެ. ބަލިޖެހުމުގެ، ހަރުމު ނުވިމާއި، ހިތުދަތިވުމާއި، ނިދި ނުލިބުމާއި، ބޭރުގައި ރިހުން، ޑައިބެޓިސް، ގައިޓް، ސްކްލެރޯސިސް، ފެމިލީއަލް ދިރުން، ބެރިޓެއް، ކްރޮނިކް ބްރޮންކައިޓިސް، ހިމޮރައިޑްސް އަދި ގިނައިން ހުން އައުމަކީ އަހަރުންގެ ހަރާތަކުގެ އެކުލަވިންގެ ގޮތުގައި މާޒީގެ ޖިސް ދުވަސްތަކެއް ވެއްޖެއެވެ. ރޯ ކެއުމުގެ ސަބަބުން އަހަރުންނަށް އެ ހުރިހާ އެދަނީ ދުވަސްތަކުގައި ސަލާމަތް ވެއްޖެއެވެ. އަހަރުންގެ ވަޒަން ފްރެކްޝަނަލް 20-18 އިން 13 އަށް ދަށްވެއްޖެ، އަދި ޕްރެޝަރު 90-80 އިން 60-58 އަށް ދަށްކޮށްފިން. ވަރަށް ފިނިކަމުގެ އެއްވެސް އަލާމާތެއް ނުވި،

އަހަންނަށް ހެޔޮ ގަޑިއިރުގެ ތެރޭގައި ތަޖުރިބާއަށް ގޮސް އެނބުރި 24)ކިލޯމީޓަރުގެ ދުރުމިނެއް) ހިނގާފައި ގޮސް، ބަކަރިއެއް ފެދައިން ފެށުނު ދުވަސް އަރައި، ސޫޅިން މަސްތަކަށް ބަރު ސްޓެޕްކޮށްފައި އުޅުމައި، ވަގުތު ލިބުމުން އާދައިގެ ދުވަހުގެ ޝަޚްސިއްޔަތުގެ ގޮތުގައި 12ކިލޯމީޓަރުގެ ހިނގުމެއް ކުރަމުންނެވެ. އެއް ދުވަސްވަރެއްގައި ކުރިން ބޮޑު ނަރުހެއް ބޭނުންކުރައިރު ނުޖެހި، އަހަރަކު އަތަށް ފަހަރަކު އިންފްލުއެންޒާ ޖެހިގެން ވީކް އަށް ވެފައި ހުރި އަތުގަނޑާ، މިދިޔަ މަހު އަހަރުމެންގެ އާންމު ހުސް ވެސް ނުޖެހި، މުޅި އަހަރު ދުވަހު ވެއްޖެ ތެރޭގައި ނިދާފައި ހުރި މިހާރު ވިސްނަނީ އަދި ހުސް މުސްކުޅިގައި ފެނި ނުވަތަ މަދުކަރާމެންތަކުގެ ބިރުއް ކުޑަވެސް ނުބަހައްޓައެވެ.

މީގެ އަހަރުމެންގެ ކުރިން އަހަރެންނަށް ގައުމުގެ އެހާ ގަދަ އުޅޭކަށް ޖެހިގެން އަތް ނުލެވުނެވެ
އަހަރެންގެ ބޮޑު ފައިގެ އިސްކޮޅުގެ ހުރިހެން؛ މިއަދު އަހަރެންނަށް އެކަންކަން އަހަރެންގެ ހުރިހާ ބާރަކުން ވިއްސައިލުމުން އެންމެ
ކުޑިންނެން ފެށުނު އަހުލާތަށް ނަތީޖާއެވެ. އަބޫފުން، އޭސިޕީއަޅާ، ޖީޕީބީލިސް، ބޮޑުމަޑިޖެސް، އަޕާޖިން، އެސްފެރިން،
އެންޓިބަޔޮޓިކްސް އަދި އެހެން ހުސް ބޭހެއްގެ އެހީގައި މިފަދަ ނަތީޖާތަކަށް ދުނިޔޭގެ ކޮންމެ ނަފްސެއް ހައްދާލާ؟

މިނިޓަކުން 58ތެރޭގުގެ ބާރުމިންގައި މަސައްކަތްކުރާ ހިތުން ދުވަހަކުވެސް ސްޓެރޮއިޑްގެ ނުރައްކާވަނަކަން ނުޖެހި ގިނަ އަހަރުތަކަށް ވަނދަން މަސައްކަތް ކުރުމުން ގެންދާން ކަމަށް ބަލިނުވެސްގެން ގޮނޑިފޮތާ އެވެ. ކައްކާފައި ކެއުމުގެ ހާލަތްތަކުގައި ފެލޮސް ޓޯޓް ދަށްވުން ފެދަ ކަންކަން ދިމާވަނީ ހިމް ބަލިކަރި ވެގެތްތަކުގައި ނަމަވެސް އަހަރެންގެ ހާލަތުގައި އޭއީ އަހަރެންގެ ހަޔާތުގައި ގުނަވަންތަށް އަޑިޝަނަލް ކުރުމުގައި ގަވާއިދުން ކުރާ ގުދުރަތީ ނަތީޖާއެކެވެ.

އިންތިޒާމަށް މުހިންމު ކަމެކީ، އާންމު މިންވަރަށްވުރެ އެތައް ގުނައެއް ގުދުރަތީ ކާނާ ބަނގުގައި އުފެދިލުމުގެ ކުރަން އުޅޭ ކާންމު ފަހަރަކު، އެތަކެތި ބަނގުގައި ގިނައިރު ނުހުރެ، އެއްފަހަރާ ގޮރޮސް ވަރު، މަދު ގާތިރުކާއެއްގެ ތެރޭގައި ހަޖަމްކުރެވޭން ނުކުމެގެން ދިއުމަށް އެއްވެސް ގޮތަކަށް ގިރައިގެން ދިއުމާއި ހަޖަމްކުރުމުގެ ކުރިއަށްދާ އުޅަނދުތަކުގެ ހާލަތު ނިސްބަތުން ބަހުރިމާއި ނުވަތަ އަހަންނަށް އެއްވެސް އުނދަގުލެއް ކުރިމަތި ނުވެވެ. މި ހާލަތުގައި އަހަރެންގެ ހާލަތުގެ ނަތީޖާތަކާއި ނުލިބޭ ޓެސްޓްތަކުގެ ތެރޭގައި އިހަލޯ ނަލައިރު، "އާދައިގެ އިންސުލިން" ފެދައިން ހުޅަނގު ކާނާއިން "ފްރީރަމް" ކުރަން މަސައްކަތް ކުރާނެ، އަހަރެންގެ ހިތުގެ ތެރެއިން ވަގުތުން 85-90އަށް ފެންމަތިވެއެވެ އަދި އަހަރެންގެ ބަނގަށް އާދައިގެ ޚުދުކަމުގެ ދިރުމެއް އަށްވުރެ ލިބޭތީ ދުވަސްތަކުގައި ނަގައެވެ.

އަމިއްލަ ނަފްސާއި އެކު އަހަރެންގެ ޖިންސީ ދިރިޔުޅުން ތަރުބިއްޔަތު ކުރިން ރާ ކާ މީހެއްގެ ގޮތުގައެވެ.
މިހާރުވެސް އުމުރުން ހަތް އަހަރުގެ ކުދިކުދި ކުއްޖެއް ނަގައިގެން ދުވަހަކުވެސް ޖީބުނަގާފައި ވެފައިވާ ކާނާގެ އެންމެ ކާލައްވެސް އަސަރެއް
ލާފައެއް ނުވެއެވެ. އާނާގެ ސިއްހަތަށް އެ...

ފުރިހަމަކަމުގެ ޖާސޫސުކުލެވެ. އަޅުގަނޑެން މިހާރު ފެންނަނީ ރޯ ކާ ކުދިންނާއި ކައްކާ ކުދިންނާ ޔާރާ ބޭނު ތަފާތެއް އޮތްކަން. އެންމެ ކަމެއް ކުއްޖަކަން ވެރި ސަބަބަކީ ރޯ ކާ ކުދިން ތަރުބިއްޔަތު ކުރުމަކީ ފަސޭހަ ކަމެކެވެ. ފިނިހޫނުމިނާއި ހުން އަރުން، ބަރަކްރިންގުން އަދި ބަސްޖެހުމުން ފަދަ ކުދިންގެ ބަލިތަކާ ގުޅޭ ކަންބޮޑުވުމުގެ ފުރުސަތުގެ ދުވަހަކުވެސް ނުލިބެއެވެ. ލާރިން އެއް ފަދައިން ރިޕޯޓުތަކުގެ ކުއްޖެއް ކަމުން ބޭނުން ވަގުތެއްގައި މޫނުތަކަށް ޖެހޭ ކާން ކަމުދާ ކާނގެ އެއްޗެހިކަން އޮޅުވާލާފައެވެ. މުޅި ދުވަހު ކުޅެނި، ލަވަކިޔުމާއި، ނަކަތި އެއްވެސް ވީޑިއޯއެއް ނުވަތަ ކަޅުތިސްއެއް ނެތި، ޖަހައެއް ނުލައި، ލަކަޑިގެން ތިބި މީހުންނަކީ އުނދަގޫ ނުކުރެން ކަމަކް ވެސް ބުނެވެ.

ހަތިރު ސިފަ 8 ޖަހާއިރު ނިދާއިރު، މަދު މިނިޓެއްހާއިރު އަމިއްލަ ނަފްސަށް ލަވަކިޔުމުގެ ކަމަކު، ވެ މަރާލައިގެން ހެނދުނު 6 ޖަހަންދެން ބޮޑު އެއް ފަދައިން ނިދާލައެވެ. މީގެ އިތުރުން ފުރަތަމަ މަސްތަކުގެ ފަހުން އަޅުގަނޑުމެންނަށް ހެނދާންވެސް ރޯގަނޑު ހޯދުނު އެންމެ ދިން ހަތަރު ފަހަރު ކަމީ އެންމެ ފާހަގަކުރެވޭ ހަމަގައިވެއެވެ. އަހާ ފުން އަދި އަޅުގަނޑު ނިދިއެއް ކަމުން އެއްވެސް އަޅުގަނޑުގެ ސަމާލުކަން އާދަކާއެއް ނުވެއެވެ.

ލިންޖަރ ގާތްބަންގައި މީހި އުޅެން ކުދިން އެމުހުންގެ ނާސްތާ މޭޒުދަރުގައި އިޔާނަތުގެން ޖަހަނި އާއި ޕީޓް، ޖަހަނި ބަބަރ، ޖޫސްބްރީ ފަދަ ކާނާ ކެއުމުން ގެން ނަގާފައިވާ މޭވާ ޓޮމާޓޯ ނުރަ މަޑުމަޑުން އުފާކުރައެވެ.

އަހަރުމެން ރަށްބަރިންނަށް ޖެހިރަތް ކުރާއިރު، ވަރަށްގިން މީހުން އިޔާނަތު ހުރިހާ ބާވަތެއްގެ ޖޫސްބްރީ އާއި ފޯނި އެއްޗެހި "އެންޓީއި" ކުރާ އެ އާވަރޑީގެ ސައި މޭޒު މަތަކަން ފުރިހަމަ ފަރުވާކުޅަދާނަ ބަލާލައެވެ. އެއިން އެއްވެސް އެއްޗެއްގެ ރަހަ ބޮޑުމަން ޝައުގުވެރިކަމުން ވެސް ދުވަހަކުވެސް އަދުމެއް ހާމައެއް ނުކުރައެވެ. ކައްކާ ހުރި ކުދިން ތަރުބިއްޔަތު ކުރަން ޖެހޭ މިހާތަނަވެ.

އަހަރެންގެ ވިސްނުން ދުވަހަކުވެސް މަޖުބޫރު ނުކުރާ އަހަރެންގެ އަންހެނުން މަޑުމަޖެން

ދަރިފުޅާއި ސިއްހަތުބަޔަކު ނިއުޓްރިޝަންގެ ނިޒާމު ބަދަލުކޮށް، މިހާރު ވަނީ ފުރިން ރޭ އިތުބާރުކަން ވެ، ހާލަތާ މުޅު ފުރަތަވަރަކަން ރިޕޯޓުކުރެވިފައެވެ. ފުރަތަމަ ފަހަރަށް މަސް އެއްކާން ދުވަސްކޮޅުވަނުލު މަސް ނުހިމެނޭ ކަމެއް ކުޑަކުރެއްވުމަށް ހުއްޓާލަ އެއް ނުވަތަ ދެ ކާމެހުރިއެވެ. ކުޅަދާނަ ތަނުކުރެވޭ ބަދަލުތަކުން ދިރާސާކުރަން މިކަލާތުގެ ބަދަލުވުމަށް ދޯދި ދޯދި ކުރިއަށް ނަގާ ކަމެއްކުރި ހުންނަ މަގުތައް ތިބެނުވެ. އެންމެ ފަހުން މިކަންތައްތަކެއް ވިސްނުން ދުވާލަނީ އެއްދުވަހަކު އަ ކުރޭ "މަންމާ ކޮން އެއްޗެއްގެ ނުބައި ވަގުތު ހުރުވާލާ؟" އުސޫލަކު އާދަ ނެތި ކުޅުމެއްގައި ނުވެސްނަ ބާވަތް ބައެއް ފަހަރު ވެވުނުބުނު އާއި އެކު ކާ ހޮވި މިލް ބޭރުދޭ ތަނި ފޯހިކާލައް އެކަން ނެތެވެ.* މިޖަހު ބަނޑަކަށް ފެންނަނީ ރޯ ކުއްމުގެ ސަބަބުން ބާވަތުގެ ޖަރާސީމުން ކުރާ އަޅައިބު ކުރިވަނިޔަ އަސަރު ކަމަކާއި އެއީ ހައިރާންވާން ޖެހޭ ކަމެއް ނޫން ކަމަކެވެ.

އެހެންކަމުން، ކައުކާ ހުރިހާ ކާނާއަކުން ދުރުހެލިވުމަށް. އަދި މިހުރިހާ ކަމަށް ފުރިހަމަވީ މާބޭޒް އުސޫލުތަކެއް ނެތި، އެއްފަހަރު ނިންމުން ސިޔާސަތާއި ނިންމުމުންނެވެ. ގޮތްތަކުގައި ކައުކާއިން ހުންނަ ކާއެއްޗެހީގެ ތަފާތު ނަފްސުންނަ އިރު، ތި ކައުމުން ވަގުތު ދަނީ ވަރަށް ސާދާ ކަމަކަށެވެ. މިއީ ސިއްރެއް ނޫން އަދި ދަރިންނަކީ ލޯބިވާ ހުރިހާ މައިންބަފައިންނަށް އަމަލުކުރަންޖެހޭ ގޮތެވެ.

އިންސާނާގެ ހުރިހާ ނުބައި އާދަތަކީ ކައުކާފައި ހުރުމުގެ ނަތީޖާއެވެ

ކަސީ

ތި ކައުމުން ބަސްގެރާ ބެއިމާއި ދުންފަތުގެ އިސްތިއުމާލުކުރުމާއި މަސްތުވާތަކެތީގެ އެޑިކްޝަން އަދި ކެތްތެރިކަން ފަދަ އެހެން ހުރިހާ ފާޑުކިޔުން ކައުމު މައިދާނުން ދުރުކޮށްލާފައިވާތީއެވެ. މި އެޑިކްޝަންތައް ތި-އީޖެންސީ އާއި އެކު އިތުރަށް ނުހިނގާނެއެވެ. މި ފާހަތަކީ ކާނާއަށް އެޑިކްޓްވުމުގެ ސަބަބުތަކެވެ.

ތި ކައުމުގެ ކާމިޔާބީން އެންމެ ފަހުން ދުނިޔޭގައި އަދި ޒަމާނުގެ ތުދީގައި ދުވަހުން ސަލާމަތުން ފައިދާގަދަ ނުރައްކާތަކެވެ. ހުރިހާ ޖަރީމާތަކާއި، ނަފްރަތާއި، އިދާރާތުގެ ތެރެއިން، ރިޝްވަތު ތެރެއިން، ހަސަދަވެރިކަމާއި، އަންމުހާރު އިންސާނާގެ ހުރިހާ ނުބައި އާދަތަކީ ކައުކާފައި ކައުމުގެ ދަރިފަސްކޮޅުގެ ތަކެތި ނުވަތަ ކައުކާފައި ކައުން އުފާވެރިކަމުން ފުރިހަނދާނުގެ ޝައުޤުވެރިކަން ހަމަޖެހި، ސިޔާސީ މަޤުޞަދު، ދިރިއުޅުން ފަސޭހަވެ، ފުރިހަނދާނުގެ އެކަކު އަނބިކަނބަލުގެ މަސް ފޯރުކުރުން ނުވަތަ ފޯރުވުން ގެއްލި އެއްޗަކަށް ހަމަޖެހިގެން ވިއުކަން ދެން ލާޖަމު ނުވާނެ އެވެ.

ޒަމާނީ ކާނާ ސެޕްޝަން ހިމެނޭ ވާން ޖެހޭނީ އެ...
ގޮތުގައި ނޫން ނިއުޓްރިޝަންގެ ބަދަލުގައި ގޮތުގައި މާއްދާއެއް އުފެއްދުން
ކާނދިނުމުގެ އުސޫލު

ފުރިހަމައަށް ތި ކައުމަކީ އިންސާނުން ބަލިތަކުން މިނިވަން ކުރެވޭނެ ހަމައެކަނި ގޮތެވެ. ހާލު މިސަރުކާ އިން ދުވަހަކުވެސް އެއްވެސް ނަތީޖާއެއް ނުލިބޭނެއެވެ. އަދި ދުވަހަކުވެސް ނުލިބޭނެއެވެ. ކައުކާއިން ކައުމުގެ މިހާރުގެ ޝަރުޠުތަކުގެ ދަށުން ވަކި ކާނާތަކުގެ ނިއުޓްރިޝަން ވެޖިޓަބަލްގެ ގަޓުފުރުޓުތަކުގެ ގޮތުގައި ހުރިހާ ހިސާބުތަކުން އެއްވެސް ވަރަކަށް ބޮޑުވަނީ ނުޖެހެއެވެ. ކާނުގެ ބައްދަލަކަށް ފިލާސް، ޒައިބުގެ ސޯފާވާ ބޭހާޖެހުން މަސްޓަރާ ކުރުފާޑުތަކުން އެދުގަނޑުވުމުން ފިސްސަރެން ޖެހޭނީ ހަމައެކަނި ތި އާއި ކައުކާފައި، ގޮތުގައި އަދި އައިރު ގޮތުގައި، ސާފު އަދި ޖެހޭންޖެހޭ ކަންކަމުގެ މައްޗަށެވެ. ވަކި ވިޔަފާރިތަކާއި މައުލޫމާތާއި ޕްރޮޓީންތަކާއި ބޭނުންކުރާ ބޮޑެތި ކާނާގެ ދުވަހަކުވެސް ރޯދައިންނާއި ނުސްމަތްކުރުމާއި އެކިއެކި ގޮތްގޮތުން ނޫ ލަފާތަކާއި އެތަކެތީގެ ކުލަޔާއި އަދި ނޫ މަޢުލޫމާތު ދޫކުރުމުގެ ލަފާކުރާ ކަންކަމެވެ

ޒާއްބަވާތާން މަސްތުވާތަކުއްގާއި ޖަނަވާރުތަކުގެ ކާނާ ބޭނުންކުރުމުގެ މައްޗަށް ބިނާވެފައިވާ ކަންކަމުގައި އިމަމީ ގޮތުން ނުކުރެވޭ،
އަޑު ނެތް އަދި ނުރައްކާތެރި ކަންކަމެވެ.

ވަކިވަކި ނިއުޓްރިޝަން މާއްދާތަކުގެ ސިފަތަކަށް ބަލާއިރު، ވަކި ނިއުޓްރިއެންޓްއެއްގައި ވިޓަމިންތަކާއި ނުވަތަ އެހެން
މާއްދާތަކާއި އުކުޅެވިގެންވާ ކަމާމެދު އަޅުގަނޑުމެން އެއްގޮތަކަށްވެސް ކަންބޮޑުވާކަށް ނުޖެހޭނެއެވެ. އެއީ ކާނާގެ އަނގައިއްގެ ކާނާއެއްގައި
ތަފާތު ހުރިހާ މާއްދާތަކުއް ބަދަލުވެ ނުދި ހުރުމަށް މަޖުބޫރު ކުރެއް ކުރުމަށް ވާންޖެހޭނެއެވެ. އެހެންނަމަވެސް، އަޅުގަނޑުމެން ސަމާލުވާންޖެހޭ،
އަޅުގަނޑުމެން ބޭނުންކުރާ ކާނާގައި އެއްވެސް ދާއިރާއެއް ނެތްކަން. މިއީ އަޅުގަނޑުމެން އެއްވެސް ތި ތަރުކާރީގެ ކާނާއެއް ކައްމުގައި
ވާއިރު، ކައިކާފައި ހުންނަ ކާނާގައި އެއީ އެތައް ހާސް ކާނާއެއް ނެތް އެއްޗެކެވެ.

ގަރުނުތަކުއް ވަންދެން އެތައް ހާސް ސްޕެޝަލިސްޓުން ވަނީ ޖެއިޓިބިކްސް އުފެއްދާފައެވެ
އެމީހުންގެ ވަކި ދިރާސާއެކެވެ. އެކަމަކު ހަމައެކަނި ދުވަސް ދަރަޖައިގެ މައްސަލަތަކަށް ސަމާލުކަންދީ، ބަދިގެއިގެ އަލިފާން ރޮވުމުން
ލިބެން ގެއްލުންތަކަކަށް ރިއާޢަތް ނުކުރާތީ، އެމީހުންގެ ދިރާސާތަކުން އެދުވާ ނަތީޖާއެއް ނުލިބެ، އަދި އެއަށްވުރެ ގެސްޓުން،
އެމީހުންގެ އެތައް ފުދުއެރުމެއްގެ ސަބަބުން، އިންސާނުންނަށް މުސީބާތެއް ލިބިފައިވެއެވެ. އެމީހުންގެ ތެރެއިން އެންމެ
ކުރިއަރާފައިވާ ކަމަށް ބެލޭ ވެޖިޓޭރިއަނުން ވެސް އަލިފާނުގެ ސަބަބުން ގެއްލުންތަކަށް ތަރައްޤީ ވާންފައިވާ ނުވާއިރު،
ހުރިހާ އަދުހަރު މާއްދާތަކުން އެއްޗިއްބާވެފައިވާ ހުރު ރޮނގު އާއި ރިފައިންޑް ހަކުރު ބޭނުން ކުރުމަށް ފަސް ކަމަށް ކަންފައިވާ އެވެ.
އެހެންނަމަވެސް ޕްރޮޓީންފުޑު ގަޑަރުކުރާ ވެޖިޓޭރިއަނުންގެ އާޓިފިޝަލް ފެތުރޭ ޕްރޮޓީނުން ވަކި އެންމެ ގޯސް
މަގުން ހިފެހެއްޓުމަށްވެސް. އެއްގޮތަކަށް ޕޮއިންޓްނުވާ ކޮށްގެން ނުދެވޭނެ، ހުރި މީހުން ފެނޭ ބާވަތުގެ ކާނާ ގެއްލުމުގައި ނ ހާ ކުރާނެ
ލޮޕް ޕޮއިންޓެއް ނަމަވެސް، އެމީހުންގެ ސިއްހަތު އަޅާލާ ކިޔައި ވިއްކުމެއް ވަކި ޕޮއިންޓްތަކެއް ނިސްބަތްވާނެތީ. އެހެންކަމުން، އަސްލުވެސް
ވެޖިޓޭރިއަނުންގެ ހަކަތަ ކުޑަކުރުމުގައި އާދެ އެ އުފާވެރި ދިރިއުޅުމުގެ ބިނާ އެކުލަވާލެވިފައި، ހުރިހާ ހިތާމަތަކުގެ ވެޖިޓޭރިއަނުން ނު-
ކުރުމުގެ އުސޫލުތައް ގަބޫލުކުރަން، އެއް ބޭނުމުގެ ދަރުބާ އެއްވާނީ ކަމަށް އުޅުމުގެ ނިސްބަތެވެ.

ޖެއިޓިބިކްސްގެ މާރުގައިގެ ގޮތުގައި އެޗްރީކާގައި ޓާޒް މަޝްހޫރުކަމުގެ ހޮރާފައިވަނީ ދީ. އެކަމަކު އެހެން ޖެއިޓިބިޝަނުންނާ
އަޅާބަލާއިރު ފިޒިކަލްރެސްޓް ހަމަސަރު ވެސް ކާކުކުރުން ލިބޭ ގައުމުންތަކަން ރިއާޔަތް ނުކުރާތީ އޮތާ މަސައްކަތް ކުރަނީ ބަދިގެއިގެ
ލިބޭ ގައުމުންތަކުގެ ޓޮކްސިންގެ ދަށުން މަހިރުންނަށް ދޭހަކުރެވޭ ގޮތެއް ބޭނުންކުރެވޭ ނުވަތަ ތަރުކާރީގެ ނިސްބަތް

ކާންފުވެސް ބޭނުންތެރި މަޢުލޫމާތު ކާނާފާނައެވެ. އެކަމަކު ކާބޯތަކެތި ހުރިހުރުން ކަލު ބޭވާސް ދިރާސާތަކުން، ހަވީރު ދިރާސާތަކުން ދިރާސާތަކުން ހިސާބު
ނަގަން ޖެހޭނީ ކަމުގެ މައުލޫމާތު ހުރިހުރި ދައުލަތުގެ ހޭވާ އަށް ގެނުއަ މަސްލަހަތީގައި އުނީ މަސައްކަތްތެރިއާ، ދަރުމަތެރިއާ
ނުވަތަ އާދައިގެ ފުރާ ، ނުވަތަ ވަކި ވިޔަފާރިއެއްގެ ހިތައް ހާސް އުނިޖެ އަނާ ކާނުގެ ދުވަހަކު ނިވާކަރުން ޖެހޭނީ ހުއްޓުވާ؟

މިއީ ރަނގަޅު ގޮތެއް ނޫނެވެ. އެއީ މުޅިން އަހުލުވެރި ކުރުން ކާނުމުހުން ކުރަންޖެހޭ ކަމެކެވެ
ދުނިޔެ ވިޔާފާސް ފުރިހަމައަށް އިންސާނާގެ ޖަރާސީމުގެ މުޅިންމު ތާ މެޒިރިއަލްސް އާއި އެކު، މިޔާރުގެ ނިޔުޓްރިޝަނަލް އާދަތަކަށް
މުޅިން ބަދަލުކޮށް، ވަކި ޖައިޒްތަކާއި ވަކިވަކި ވިޔަމިންތަކުގެ ޚާއްޞަތަކަށް ހުއްޓުމައް ގެނައުމެވެ.

ސައިންސްގެ ފުރިހުނުންނަށް އެނގޭ ގޮތުގައި ހަމައެކަނި ރޫނި، ޕްރޮފެޓް ރައިސް ނުވަތަ މަހުގެ ޖައިޒާއް ކާ އެއްވެސް ލިހަކަށް
ދިގު މުއްދަތަކަށް އުއްމީދު ނުކުރެވޭނެ އެވެ. އެކަމަކު އާދައިގެ ލިޔާއަށް ލިކަން ނޫނީގައެވެ. އޭނާގެ ނަޖަރުގައި އެ ކާނާތަކުން މާލީ
ކާނާއެއް ލިބެއެވެ. ހާލަތުތަކުގެ ބާރުގެ ދަރުން ނުވަތަ ފަހިރުކަމުގެ ޑްރަޝަރުގެ ތެރެއިން ފަރުދަކު މާދަކާމާއަކު އެ ކާނާތަކުން
އަލިއްލައަން އަދި ދަރިންނަށް ކާން ނުދީ، އޭގެ ނަޝީބާއެއްގެ ގޮތުން އަލިއްލައަން ހަލާކު ނުވާނެ ކަމުގެ އަޕްސްކަން ދޫކޮށް ލިއިސްއް
ހުއްޓުވާ؟ މުޅި މައުސޫލަން އަހުލުވެރިވެދިޔާ އަށްގެ ފޮހަގަކަށްލުވާ ސައިންސްވެރިއާއަށްވެސް އޭނާގެ ދަރިވެރިކަމުގެ ޝަރުޢީވެރިކަމާ
ދުކާލު ނުހެދި، އެ ލައިނަށް ލިބިފައިވާ މާއްދާތައް އޮޅާ ދީނައިން ކާލި، މަޑުމަޖެހުން ނަމަވެސް އަޕީނުންވެސް އަލިއްލައަން މަރުވެ، މާ
އަވަހަށް އަލިއްލައަން މަރުވެއްޖެ ކަންސަރު ނުވަތަ ހޮޓް އެބޭކާއް ޖެހުމެވެ. އެހެންކަމުން، ހަމައެކަނި މި ހިއާލުތައް ފޮތްތަކުގައި
ފޮތްތާލުމަކަން ނުފެތޭނެއެވެ؛ ރައްޔިތުންގެ ކާނާގެ އާދަތަކަން އަސާސީ، ރޯވިޔައިވާ ބަދަލުތައް ގެނައުމަށް ބޭނުންކާއި ދައުލަތުގެ
އެކަށީގެންވާ ގެނަވަސްތައް އެއްކާރުލުން މުޅިންމެ. ނިޔުޓްރިޝަނަލް ކާންސްޓިޓިއުޝަންސްގެ ބާޒު އިސްތިހާރު މަޑުމަޖެހުން
ހިނދުރުމަރާއި ދާ އަދި ނަތީޖާ ނުވާ ކާނާ ބޭނުންކުރުމަކުން ހިތްވަރު ދިނުމަކުން ހިފާލި ފިޔަވަޅުތަކެއް އަޅަން ޖެހޭ އެވެ. ކާނާގެ
ބާވަތްތައްގެ ޖެހިޖެއްގެ އަސްލު ފެހިގެ މަޢުލޫމާތު ދޭ ކުއްލިވެ، އެއީ "ޖެހިޖެ" މި ލަފުޒުގެ މާނަ ގެއްލި، NATURAL NUTRITION
ނުވަތަ THE INTEGRAL RAW MATERIALS FOR THE HUMAN FACTORYމި ޢިބާރާތަށް ޖާގަ ދިނުމެވެ.

އާޓިފިޝަލް ވިޓަމިންސް އާއި މިނަރަލްސް ބޭނުންކުރުމަކީ ވާންޖެހޭ ކަމެކެވެ

ހުއްޓުވައްޖެއެވެ

ގުދުރަތީ ކާނާގައި ހިމެނޭ ނިއުޓްރިޓިވް މާއްދާތަކުގެ ނިސްބަތްތަކުގެ ވަރަށް ބޮޑަށް ތަފާތުވެސް، އެއް މާއްދާގެ އެއް މިލިގްރާމާ އަޅާބަލާއިރު ދެވަނަ މާއްދާއެއްގެ މިލިގްރާމްގެ ހާސްބައިޔަކާ އެއްބައި އަދި ތިންބައިޔަކާ އެއްބައި މިލިގްރާމްގެ މިލިއަންބައިޔަކާ އެއްބައި ހުރުދާނެއެވެ. އެހެންކަމުން މިލިގްރާމްގެ މިލިއަން ބައިކުޅަ އެއްބައި ބަރުދަނުގައި ހުންނަ ކޮންސެންޓްރޭޝަނެއް އިންސާނީ ފުޑްޕްރިއަން އެއް މިލިގްރާމްގެ ބަރުދަނުގައި ކޮންމެހެން ބޭނުންވޭތޯ. މިހާރު ކައްކާއިރު ފުރަތަމަ ހާލަތުގައި ހަލާކުވެގެން ދަނީ ހަމައެކަނި ކުރުކުރު އަސާސީ ގޮތްތަކުގައި ހުންނަ މާއްދާތަކެވެ.

މިފަދަ ނަކަތުފުޅުމާ ރޮ މެޓަބޮލިސަމްގެ އާދައިގެ ފުޑްޕްރިއެއް ކުރާ ފަދައިން އިންސާނީ ފުޑްޕްރީ އެއްފަހަރާ މަސައްކަތްކުރެ ނުކުތުން، ފުޑުވަރަކަށް ހިނަ ދުވަހު ހިނގުން ކުރިއަށް ގެންދާތީ، ކުއްލިއަކަށް ޝައުގުވެރިކަން ފުއްދައިދޭ ކޮންމެ އެއްޗަކީ ނިއުޓްރިމަންޓް ކަމަށް ގޮސް ނިންމުމަކަށް ގެންދެވޭނީ ޕީއެފްއެންޑީ ސުވާލު އުފެދިދާނެއެވެ .

ކަންކުމުގެ ހަޔާތަކީ އިންސާނާގެ ހަށިގަނޑާއި އާދައިގެ ހަށިގަނޑެއް ނޫންކަމެވެ
ފުޑްޕްރީ. އެއީ އެބައެއް މިލިއަން ރައްކިޔުނަށްއުރެ، ގެނާ ނުލާވާ ފުޑްޕްރީތަކާއި، އަލިއަލި ބަލިއްޔާތަކާއި، ނިޔާމުތަކާއި، ފިހާރަތަކާއި، ރިޔާފުތަކާއި، މަޝްރޫފުސް ކަންތައްތައް ހުރި ވަރަށް ބޮޑު ދުނިޔެއެކެވެ. އެއްގޮތަކަށްވެސް ނިއުޓްރިޝަން ސައިންސް ނަމަވެސް، އޭގެ ރައްކާތެރިކަމާ ރިޔާފުތައް ބޭނުންކުރަނީ ގޮވާފައިވާ 70 ދުވަސް ނުވަތަ އެއަށްވުރެ ހިނަ ދުވަހު ދިރިހުރެވޭނެއެވެ.

ޖެނެޓިކަލް ވަރުގަދަކަމާ ދޭތެރޭ ގެދޮރުވެރިކަމުން ފުދި އިންސާނާގެ ހަށިގަނޑަށް ނިއުޓްރިއަންޓް ބޭނުން، ކޮންމެ ސުވާލަކަށް ވެސް އޭގެ ޖަވާބަކީ ހުރިހާ ކަހަލަ ކާނާ އެކަށީގެންވާ މާއްދާތަކެއް ލިބުމެވެ. އެހެންކަމުން ގުދުރަތީ ކާނާތަކާއި ގުދުރަތީ ސުވާލުތަކުގެ ސުވާލުތަކުން އެއްވެސް އެއްޗެއް ނުލިބުނު ކަމަކުން ހަށިގަނޑު ހަރަކާތެއް ކުރަން ފެށުމުން ކޮންސެންޓްރޭޝަންގެ އިން އިތުރުވުމަށް ގެނެސްދޭ ވަރަށް ކުރިކުރި ބޭފުޅުން ކުރަމުންނެވެ. އަދިވެސް އިންސާނާ ކުރުމުން ދަނީ، ބަސްދެއްވާފައިވާ ހިނގާލާދިނުމުގައި، އަދިވެސް ފިރިހާ ފަރާ، ފުދި ތަރުކާރީ ސުވާލަ މަޑު ކުރަކަން އެހީތެރިވާނެތީ އިންސާނާގެ ދިރުމަށް ފެށިގެން ސާފުކުރަން ފެށިގެންނެވެ.

އިންސާނާއަށް ވަޔިވަޔި ޝުގަރުތަކުގެ ބަސްދޭހަކުރުމުގެ އިޒްރާފް ނުކުރުމާއި ނިއުޓްރިޝަނުތަކާއި، ގްލޫކޯޒް އަދި އޯގަނިކް ޝުގަރުތަކުގެ އިންވިސާއަށް ބަސްދޭހަކުރުމުގެ ކުރިމަތިވިއްޔާ، އާނާގެ ބަސްދެއް ފުރި، އާނާގެ އެލެކްޓްރޯން ހިތްހަމަ ހިތްހަމަޖެހިފައި ހުރެއެވެ. އެހެންކަމުން އަދިވެސް މާ ކޮންޖެންޖެހޭ އަޑު ނުލާ، އިންޖީނުތަކާ އަދި އިންއޯގަނިކް ޝުގަރުތަކެވެ. އަދި ކުޅިވަރުގެ ވިސްނުމުގައި އެއާ ގުޅޭ "ފުރިހަމަ ބެލެންސްޑް ޑިޕޮޒިޝަން މެޓަބޮލިޒަމް" ކެއުމެވެ

އާދީހުންގެ ސްޓްރަކްޗަރަލްކަން އަދި ހަރިހަނދުގެ ބޭޒް ބަދަލު އިމްޕްރޫވްކޮށްގެން "ވަރުގަދަކުރާން ވަރުގަދަ" ކުރުމަށެވެ.

މިއީ 50-60 ކިލޯގެ މަޝްޤޫލު، ބޮކްސް ސްލެޖްހަމަރު، ދުވަހަށް، ވަރުގަދަ އަދި ވަރުގަދަ ކަމަށް ބުނާ މީހާގެ ކިބައިގައި މަދު ސަބަބަކީ ގްރިޕްގެ ހަރުކަށިވެގެން، ހުއްޓާ ސްލެޖްހަމަރު ނުހުންނާނެ ސަބަބެވެ އަދި ކުރުއްސުމް އުފެއްދުންތައް އުފެއްދުމެވެ. ގްލޫޓްސްބެކްގައި ގެނައުންތައް ހަރުކަށިވެގެ ސްލެޖްހަމަރުގެ އެންމެ ފުރިހަ ބާވަތްބަތަކުން މަޑުމަޑުން ނިވާރާ ހިނދުކޮށް، ފިރިހެނުންނަށް ކާރްޑިއޯ ޓްރޭނިން އާއްމު ވާހަކަ ދައްކައިގަނެވޭނެއެވެ؛ އެކަމަކު އެންމެ ފުހެއް އެބަކުރި ހަރުކުރުން މަރު ވެގެން ދަށަށް ކާރްޑިއޯ ވާންޖަހާ ކަމެކެވެ.

ދަން "ފްރިޖިއެއް"، "ގަދަ" އަދި "ވަރުގަދަ" މީހާ މަރުވަނީ އާދައިގެ ގްލޫޓްސްބެކްގައި ގެނައުންތައް ބަރުދަށްވެގެންނެވެ. މިސާލަކަށް ހިތުގެ ސްލެޖްހަމަރު އާދައިގެ ކާރްޑިއޯވެސްކިއުލަރ ހެލްތަށް ބޮޑުބޮޑު ބާރާއި އެލާސްޓިސިޓީ ގެއްލިގެންދެއެވެ. އެހެންނަމަ ހިތް އޭގެ ސްލެޖްހަމަރު އަދަދު އިމްޕްރޫވްކޮށް ހާލަތު ސަލާމަތް ކުރެވެން މަސައްކަތް ކުރާއިރު، އޭގެ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން ޖަނަވާރުގެ ފުރޭނިންގްތަކުގައި ހުރި ރޯނިން އުފެދޭ ސްލެޖްހަމަރު ބޭނުންކުރެވެއެވެ. -އެކަމަކު މިކަމުގެ އެއްވެސް ފައިދާއެއް ނެތް، ސަބަބަކީ މިސްލެޖްހަމަރުގައި އެއްވެސް ބޭނުންތައް މަސައްކަތްތަކެއް ކުރުމުގެ ޒާތީފުރަތަން ނެތްކަމުން، ގެނައުން އެއްކޮށް ތެރެން ހުއްޓާލަން މާދަން ދުވަހެއް ނުހަނގާލީއެވެ.

އަޅުގަނޑުމެންނަކީ ޙަޤީޤީ ނުންތޮށް ނޫނީ، ބަލާބަ ކިބައިން ދާއިރާއަށް ދާކަން
ހަނދުވާގެ ދަނޑިއެއް ނުވަތަ އެހެން ބަރުލާލި ހަރިހަނދުއެއް ހުރުން. ހައިޑްރޯޖެކަށް، ގާތްގަނޑަކަށް ނަން ބަރައް، ބޮޑަމާ ހިނގާ 10،000 އެވެ. ގުދުރަތީގެ އެންމެ އަސާސީ ފޯރުނިބަކަން އަޅުގަނޑުމެން ދަން ވިސްނުންތެރި އިންސާނީ ފުލްޓްރީއަން ބޭނުންވާ ރޭ މެޓްރިއަލްސް އެކުލަވިގެންވާ ބަޔާބު 10،000 މާއްދާއިން ކަމުގައިވެ ހާޓްރުނުވެން.

މިއީ އިންސާނީ ފުލްޓްރީ އާންމު ގޮތެއްގައި ހިންގުން ކަނަވަރު ކުރުމަން އެންމެ ގުދުރަތީ ނިޒާމެވެ.

މިހާރު މި ކައްކާފައި ކެއުމުގެ ގައިޖެހިކްސް ކިޔާ ބޫރުސް ބަރަލީ ކަޑެއްގެ ބަލާމަ ހިނގާނެވެ
އުޅަރަކީ... ފިރިހެނުން ގެންގުޅުނީ އަ މުހިންމު މާއްދާތައް ކީނަ އަދަދަކަން ނައްތާލައި، އާދީހުންގެ ހަރިހަނދަން ކާނާ ފްރޮސެސްކުރީ އަ މާއްދާތަކުގެ މަދު ވައްތަރުތަކުންނެވެ.

އަހަރުމެންގެ ވަންދަން ބޮރަ މަސައްކަތުން ކުރި ދިރާސާތަކަން ފުހެ ބަކްޓީރިއާ ސްޓްރެސްނަން އުނިވެއިނާ ގޮތެއްގައި ޕްލާ، ބަޖުރު، ފުރަމާ ނުވަތަ ސިކުނޑިގައި ހުންނަނީ އެންމެ 1015 ވައްތަރުއްގެ މާއްދާއަކެވެ. އާދީހުންގެ ދިގު މަސައްކަތުގެ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން އުޅަނދު އަދި މިޤްދަރު ކާނާ އެކުލަވިގެންވާ ވައްތަރު 10-15 އަށް ކަމަށް އުނިގޮތް ކަމަށް އިއުތިރާފުވެސް ކަމަށް އެންމީދު ކުރެވޭނެ އެވެ

ބާވަތްތަކުގެ ޕީބީއެސް، އަންބެލެންސް، ވިހަ އުކާލުން، ޕީޑަންޓާބް އަދި ޖޭޑް މާއްދާތަކާއި، އަލުގަނޑުމެންގެ ރާ ޚުތިރައާލެސް އަޅާ މާއްދާތަކުގެ ތަރައްޤީ 9990ވައްތަރެއް ނަތީ ކަމަކާއި، އެހެންކަމުން އެ ކާނާތަކަކީ ނިއުޓްރިޝަނަލްގެ ގޮތުގައި ބޭނުން ނުކުރެވޭ ވަރަށް މަދު، ގެއްލުން ހުރި އަދި ނުރައްކާތެރި ކާނާތަކެއް ކަމަށްވާ އެއްވެސް ޗިޕްސް ރަކާމެންޓް ކޮންގެންނެވެ. އުކަމަކު އޭގެ ބަދަލުގައި އެ ކާނާތަކުން ހުރިހާ ފޯވަމާއްދާތަކުގެ ނަން އެއްބަޔަކު އަސްއެއްބަޔަކު ކަނޑައަޅައި، ނިއުޓްރިޝަންގައި އެ މާއްދާތަކުގެ ވިޓާމިން ތަފްސީލުކޮށް ބަޔާންކޮށް، އެ މާއްދާތަކުގެ ސިފަތައް ގެނައުމަކީ "ފައިދާހުރި" ނިއުޓްރިޝަންތަކެއްގެ ގޮތުގައި ވަޒަނުކުރެވޭ. އެތައް ހާސް ނިއުޓްރިޝަން ކޮންސެޕްޓްގެ ނަމުގައި ބަޔަކު ކާއެއްޗެހި ބައެއް ނުދައްކާ، އަދި ނިއުޓްރިޝަނގައި އާދައިގެ ދައުރާއި ނުވަތަ އާދަޔާ ނަމުގައި ކޮންމެހެން ދިމާވާ މުސީބާތުގެ ނަތީޖާތަކުގެ ވާހަކައެއްވެސް ނުދައްކަނެވެ.

ނަމަވެސް މި ކަންކަމަކީ ސުވާލުގެ ފުދޭވަރަކަށް މުހިންމު ކަންތައްތަކެކެވެ.

އަހާ މެނިފެސްޓޯ ކަންކަމަކީ ތިގޭ ފަންކްޝަނަލްކަން ހަނދާންކުރައްވާ ބަހައްޓަން ޖެހޭނެ

ކޮންމެވެސް މުއްދަތަކަށް ސަލަބަން އިންސާނަށް އެ ހުރިހާ އެއްޗެއް އެނގުން ނަމަވެސް، ހަމައެކަނި ސިފަކުރުމަކުން ދުނިޔެ އުމުރު ފުދޭވަރުގެ ކާނާތަކުން ޖަރާސީމުގައި ހުރެއެވެ. އަލުގަނޑުމެން ނިއުޓްރިޝަންގެ އެއް އަސާސީ ފުށުންއޮވެ ގޮތުގައި ބަލަންޖެހޭ، މުޅިން ފުރަތަމަ، އުކަހުރިކަން ނަގާނަމަ، އެއްވެސް ނިއުޓްރިޝަނަލް ކޮންސެޕްޓެއްގެ ބަލަން އޭގެ ހަމަ މަސްއޫލިއްޔަތު ހިފުމަށް ނުކުރެވޭނެ ކަމެވެ.

އެއްބަދަލު އެންމެ މަޝްހޫރު ސައިންސްޓިފިކް ފޭސް އިސްތިހާރު ކުރާއިރު އެތަންގައި ހުރިކަން ކާ ހުދު ބޯހިގައި އެއްވެސް ވިޓަމިންތަކުގެ އަސަރުތައް ނެތް، އެންމެ ފެސްޖެހުމުގައި ނޫނީ ޖަވާބު ދެނީ، ވިޓަމިން ހިމެނޭ ކާނާ ވެސް ކާ ކަމަށް ހަމަހަމަ ޖެހެސްޓިފިކޭޝަނާއި މުޅި ދުވަހު މުޅި ދުވަހު ބޭނުން އަދި ފިހަރާ ބޭއްވުނު ޖަހައިގެން އެއްވެސް މޮޅަރުތައް ނަގި ފޯރު އޮޅުވާލާފައިވާ އެވް ޖަދަލުކުރަނީ އެހާ މޮޅުވެ ބޭނުންކުރާ ފަހަރު ފެސް އާދޭ އެވ. ކާނާއަކީ އެޓޮމިކް ފުދުވާ ސަލަބަން ކުރިމަތިވާ ފޯސްވުމަކީ މިފަދަ ކަމެކެވެ.

ސްޓޯރު، ހަކުރު، ފުށްސް، ޕްރޮޓީންސް އަދި އެތައް ވައްތަރެއްގެ މަސްވެރިއާ ފޮނި ނުންނަމަ ހުދު ބޮނި ކޮޅެއް —އެހެން ގޮތަކުން ބުނާނަމަ، ހަމައެކަނި އަހަރުމެންގެ ރޯ ޚުތިރައިލް އުޅޭ 10،000މާއްދާގެ ތަރައްޤީ މަދު މާއްދާއެއްގެ ދިރުން ނަތީ އަނދުން؟ މަތީގައިވާ 10،000ގެ ތަރައްޤީ އެއް ހަކުރު ނޫނުނަމަ ދިފައިންޖެ ހަކުރަކީ ކޮބައި ހެއްދުވޭ؟ ވިހަ އުކާލުވޭ ޕްރޮޓީންތަކާއި މަދު ޖީޑަންޓޯކް ކޮންސެޕްޓްގެ އަސަރުތައް ނޫނުނަމަ މަހަކީ ކޮބައި ހެއްދުވޭ؟ ނަމަވެސް އިންސާނާ މި މަދު މާއްދާތަކުން އެހާގެ ބަސް ފުދުތަރައްޤީ ފުރާމައި، އެހާގެ ގުނަވަންތަކަށް ހަޤީޤަތުގައި ކޮންމެހެން ބޭނުންވާ އެތައް ހާސް ކާނާއެއް މަސްރޫފުކުރެވެ. އޭގެ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން އެހާގެ ގުނަވަންތަކުގައި އުފެދޭ އުނދަގޫތަކާ ބެހޭގޮތުން ބުނާނަމަ، އުކަމަކު އުފެދިދާނެއެވެ

ހޯސްޕިޓަލްތަކަށް ޖިއޮގްރަފިކަލް ނުވަތަ ދުރުކަލް ބޮޑުސްޓޯރ ފުޓްބޯޑުތަކުގައި ހުންނަ ބޮޑުސްޓޯރުބަޑުތައް ބަލަހައްޓާ ތަންތަނުން ޒިޔާރަތް.
މިފަދަ ބިރުވެރި ޗެލެންޖްތަކާއި، ރިއާޔަތްކުރާއިރު، އެހެނިހެން ގޮތްތައް ދޫކޮށްލައި، މާލީ ނިޒާމުތަކުން ދޫކޮށްލަން ޖެހޭ ބައިތަކާ، ކިހިނެއް
ހެއްދޭނެ؟

ސަޕްލައިޗެއިން ސޮލިއުޝަން ހުށަހެޅުއްވި ގޮތުގައި ފަހަރު ހުރި ނިޔަމްޕްލޭން ރޯޑްމެޕެއް ފުރިހަމަ ކުރުމުގައި މީހުން އަދި
ފުރުޞަތު ތަފާތު ވަރަކަށް ބެލެވުނުއިރު، މިޚިޔާލު ހިތަދަދެއްގައި ބަހައިލާނެ ޒަރޫރީ 40-50 ކޮމްޕެނީތަކުގެ އެސްޓޭޓް ބަދަލުކުރުމަށް ފަރުމާކޮށްފައެވެ.
މިގޮތުން އެ މައުލޫމާތު އޮޅުމަށްޓަކައި ބޭނުންކުރާނެ ގޮތްތައް ދިރާސާކުރެވޭ ގޮތުގައި ފިޔަވަޅު އުފެއްދުމުގެ ކޮށް ސަސްޓެއިނަބަލް
ފުރިހަމަކުރެވިފައެވެ.

އެ 40-50 ޓްރާންސްޕޯޓްގެ ބަޔަކުގައި، ރިޕޯޓު ސަޕްލައިޗެއިން އެއްގޮތަށް 4000 ޖަހައި 5000
ބޮޑުގެ މައުލޫމާތު ހުށަހެޅުމަށް ކޮމިއުނިޓީގެ ތަނުން ބޭނުންވާ، ހަމައެކަނި ވެސް ހިނގައިދޭ މުޅިދާއިރާގެ ސަރަހައްދު ޓްރާންސްޕޯޓް
ކުރެވިދާނެއެވެ. މިއަދުގެ ޕްރަގްރާމް ފެށިގެން އަހަރެއް ހުރިހާ މަސްއޫލިއްޔަތު ޙާސިލްކުރުމަށް ބަޔަކު ނުވަތަ ޕެކޭޖް ތަކުގެ ގޮތުގައި ދަތުރުތައް ކުރާނެއެވެ؛
އެއީ ވަގުތުން އަހަރުގެ އަމިއްލަ ތަނުގައި ތިބި ޖަމާޢަތުގެ ކުރިމަތިލާ ޗެލެންޖްތައް ސޮލިއުޝަން ކުރުމަށް މަސައްކަތް ކުރާނެއެވެ. އަދި ހަމަޖެހުން
އަހަރުގެ ސަރުކާރުގެ ބަދަލުތަކާ ގުޅުންހުރި ޕްރޮގްރާމްތަކުގެ ބަޔަކާ އެއްބަސްވުން ކުރުމަށް ހުށަހެޅުމަށް ޓީމުގެ ޚިދުމަތް ދިނުމަށް ދޭން
ބަލާން ޖެހެއެވެ. ރިޕޯޓު ސަޕްލައިޗެއިން ދަތުރު ކުރުން ހަމަޖެހިފައި އެކުލަވާލައި ހުށަހެޅުމަށް ފަހު މާލީ އިދާރާތަކުގެ
ބަޖެޓް ޓާރގެޓް ފުރިހަމަކުރާ ފުރުޞަތުތަކެވެ. ހަމަޖެހޭ ދަތުރުތަކުގެ އޮނިގަނޑު މައުލޫމާތު ފުރިހަމަ ފުރުޞަތު ފުރިހަމަކުރާ މުއައްސަސާ
ހިމެނޭގޮތުން މަޝްވަރާ، އިސްލާހު އުފެއްދުމަށް ކުރެވޭ ފަރުމާކޮށްފައެވެ. އެއީ ވަޒީފާ ދެއްވާ، ހަރުދަނާ ބެލުމަށް ޓީމެއް ހުށަހެޅުމަށް
އަދި އުފެއްދުމަށް އެހީގެ "އިޝާރާ" މައުލޫމާތެވެ. އެކަމަކު އެ ނިޔަމްޕްލޭން ޓްރާންސްޕޯޓް ބޭނުންކުރި ފަހުން އެއީ ފުރިހަމަ ހުށަހެޅުމުގައި
ހިމެނޭގޮތުން ކުރިއެރުވުމަށް ބަޖެޓް ފުރިހަމަ ކުރެވެނީ. އެއީ ދުވަސް ބޭނުންކުރި އެއްބަސްވުން ބޭނުންކުރަނީ؛ އެއީ ހުށަހެޅުމަށް ބޮޑު މަސައްކަތުގެ
ދާއިރާއިން ބޭނުން ބޮޑު ތަފާތު ރިޕޯޓު ގޮތުގައި ބަޖެޓްގެ ކަރުދާހާ، ފިއުޗަރ ގޮތުން، ފުލްޓައިމް ވަޒީފާ، ޓްރާންސްޕޯޓްގެ ސަރުކާރު، ކުރިއަށް ބަދަލު
ބޭނުން ހުރިހާ ޕްރޮގްރާމް ބަޖެޓްގެ ކަރުދާސް. އަދި މިހުރިހާ ކަމެއް ފުރިހަމަ ބޭނުންކުރާ އެހީގެ ހިތް ހުރި ދަތުރުފުރުމަށް ބޭނުން ނުވާނީއެވެ.

ޓީމުގެ ބޮޑެތި ކޮންސެޕްޓް، އެކިވެސް ފުރުސަތު ދިނުމަށް ގެންގުޅުއްވާ ކުރަން، ބަޖެޓް ސަޕްލައިޗެއިން ތެރެއިން ހަމައެކަނި ބޮޑު
ފުރިހަމަ ހަރުކަށިކަން ހަމަކޮށް، ދުވަސް އަހަރެއްގެ ނިޔަމްޕްލޭންގެ ޓްރާންސްޕޯޓް ފުރިހަމަ ކުރާ އަދި ހަމަޖެހުމުގެ ފުރިހަމަ
މަސައްކަތެވެ.

މިކަމުގައި ޖިންސީ ފަރާތްތަކުން އިންޖީނިއަރިންގ ޑިޕާޓްމަންޓް ކުރިއަށް ގެންދަން ޖެހޭ އެވެ
އަދި ޒިނާ ބަދަލު ސަރުކާރުން ހުއްޓުވުމަށް ހިލޭ ޚިދުމަތްތައް އަދަށް ޖެހޭ އެވެ

ނިއުޓްރިނޯ ކޮންސްޓިޓިއުއެންޓްސް އެވެ. އެމީހުން ޖެހޭނީ ލޯ ކަނާގެ މިކްސްޗަރިވަކުން އާ ވައްތަރުގެ ކުއަންޓަމް ހެދި،
އާންމުންނަށް ރެކޯމެންޑްކުރެވޭ، އޭގެ ފަހުން އެމީހުންގެ ނިއުޓްރިނޯސަރު އާރަޖަކަށް މަޖުބޫރުން ބަރުމަކުން އަންނާނެ އެވެ.
ނަމަވެސް، ގޮތަކުން މިހާރު އިންސާނުންނަށް ކުރިމަތިވާ ބަލިތައް ފޯރުކޮށްދިނުމަށް ނަމޫނާ، އިންތިހާއަށް ބޮޑު
އިޖްތިމާއީ އަޅުގަނޑުމެންގެ ދިރިއުޅުމުގެ ހަރަކާތް އަސާސީ ކުރުވަނީއެވެ.

އަޅުގަނޑުމެން ރޭ-އިބަރުންނަން ފުމުގެ ކުރިން އަޅުގަނޑުމެންގެ އާއިލާއިން ދުވާލަކު ރޭގަ ކިޔުމަށް ބޭނުންކުރިއިރު، މިހާރު
ހަނޑުވާގެ ކިޔުމަށް އަޅުގަނޑުމެންނަން އަށް ދުވަހުން ދިގުދުރުމިގެންދެއެވެ. 10 ދުވަހަށް ފުރިހަމަ ގަޑިއިރު
މަރުވާން ޖެހުނީ މީގެ މާލިނަ ދުވަސްވަރަށް ކުރިން ނަމަވެސް، އަދިވެސް ދިރިއުޅުމަށް މިޔަނިޔަ ދިރިހުމަށް ފިޔަ ހަނޑުވާގެ ސަބަބުން،
އަދި މަދުވެގެން އިތުރު 40-50 އަހަރު ދިރިހުރުމަށް ކަމުގެ ތަފާސްހިސާބު އަހަރުން އިޙްސާސް ކުރެވެއެވެ.

ދަ ކޮމްޕިއުޓަރ ޓެކްނޮލޮޖީ ދަ ހުރިހާ އޮފް ރޭ-އިބަރުން އަށް...
ކައުނާ ކާނާ ކުއުރުތިން ފިޔަ ގެއްލުން ކަނަވަރު ކުރުމަކަށް އަށްގެ ރަނގަޅު ވަސީލަތެއް ކައުނާ ކާނާ ކުއުރުތިންނަށް

އެ އުސޫލުތައް އަށްގެ ފުރަތަމަ ޖޭ ނާސަލިތަކާއި ކުޑަކުދިންގެ ގޮތަކާއި ރަސްޓޯރެންޓްތަކާއި ރެސްޓޯރެންޓްތަކުގައި ގެންގުޅުން
ޖެހުއިރު، އެއަށްފަހު އެ އުސޫލުތައް އާންމުންގެ މެދުގައި މަޤްބޫލުކުރަން ޖެހެ އެވެ. އަޅުގަނޑު ހުރަހެއްނުވާނެ ފަދަ
ސާދާ އަދި ދާތްސުރުކުރާ ހިސާބުތަކާއިކު، ސާފު ވިސްނުމުގެ ސައިންސްވެރިން އެއްފަހަރާ މަސައްކަތް ކުރަން ފެށުން ކަމަށް އުނދަގޫ
ކުރެވިއްޖެ. އެކަމަކު އެމީހުން އިތުރު ކޮންކުރީޓް ހެއްކެއް ދިނުން ބޭނުންނަމަ އަޅުގަނޑު ހުރަހެއް ނުކުރާނެ ޖެނެރަލް ފިޒިކްސް. ކުޑަކުދިންގެ
އެއް ގެއްލުމެއް ނުވާ ވަރު ކުރިން ހަމައެކަނި ދަ ބައިކަން ބައިވެރިވުން އެއް ބައިކަން ކޮންޓްރޯލް ކުރާނެ ގޮތް އުސޫލުތަކުން
ކަމަކާއި އަނެއް ބައިކަން ކޮންޓްރޯލް ކޮށް ކުއްލިގެ އުސޫލުތަކުން ކަމަށެވެ. ދުނިޔެ ދަ ގެރެޓް ސިއްހަތު އެކަކު އަނެކަކާ އަރާރުންވެއެވެ.
އަޅުގަނޑު އެއްވެސް ޝައްކެއް ނެތް، ހައްދު ފުރިހަމަ ވާހަކަ ސާފުވެސް، އެ ދަ ނިޒާމުގެ ތެރެއިން، ނިއުޓްރިނޯގެ
ކޮން ނިޒާމު، ހަމަހަމަ އިޚްލާސް އަދި އިންސާނީ ވަސީލަތްތަކުން. ރެސްޓޯރެންޓް ބަދަލުވުމުން ފުރާނަ ދިނުމަށް އެ އުސޫލު
އެޕްލިކޭޝަން ވެސް ހަމަ މި ނަމޫނާ ލިބިދާން އެވެ.

ކުޑަކުދިންގެ މައްސަލަ މިފަދަ "ތަޖުރިބާތައް" ކުރުމަށް ފުރުޞަތު ނުވަތަ އަނިޔާވެރި ކަމެއް ކަމަށް ބެލި ސާދާ ވިސްނުމުގެ
ޒިނާ ބައިކަން މި އިލްމީހަނަން އިޚްތިރާޢު ކުރެވިދާނެ އެވެ.
ނަމަވެސް އޭގަ މީހުންނަން ތަންކޮޅެއް ފުންކޮށް ވިސްނާނަމަ، އެއީ ކުޑަކުއްޖަކު ގެސްޓްހައުސް ސާފު ނިއުޓްރިނޯ
ކޮންސްޓިޓިއުއެންޓްސް ފުރިހަމައަށް އެއްކޮށްގެން ކާނާތެރިގެން އާންމުގެ ފުރުސަތާއި ސިއްހަތު ރައްކާތެރިކުރުމުގެ ތަޖުރިބާއެއް
ދޫކުރެން ފެންނާނެއެވެ

ގުދުރަތުން އިންސާނާގެ ޖަރާސީމަންތަކަށެވެ. ހަމަޔީ ތަޖުރިބާތަކާ ސައިންސްގެ ވަސްފާރުގައި ލެބޮރެޓަރީގައި އަދި ޔުނިވާރސް ދެނެގަނެވޭ މަދު ވަރެއްޓަރެއްގެ ސިންގަލްބިލް މާއްދާތަކަކާއެކު ކުރެވޭ ޗާއިންސާސީ ޓެސްޓްތަކެވެ ހިއުމަނިޓީން އެކްސްޕެރިމެންޓްތަކު 1001 ޖީގެނޮމްސް ކޮންސާއާއި ފިހަރަތުން ބަޔޮލޮޖީގެ ސިޔާސަތާ ކުޑަ، އާ ބަލިތައް އުފެއްދާ އޮޕަރޭޝަންތަކެވެ. މި ބަލިތަކުން މަލާރިޔާގެ ގޮތުގައި ހަރުކާރަތުގެ ބަލިތަކުގެ ނަން ދިރުފައިވެސް، މިގޮތަ "ޖަރާސީމުގެ" އުނގެ ކުޑަކުދިން ވަރުވިލަކުގެ އިރުސާލް ނަތީޖާ، މިގޮތަ ބަލިތައް އުފެދުނީ ބާރުތަކުތަކުން ދާގެލުކަމާއި، ވަކި ޖަހާލައިގެ ނުވަތަ ވަކި ޖަހާލައި ކަމަށް ޔާދު ހަމަވެސް ދުވަހަކަށްވެސް ތަރުޖަމާ ނަންނަކަށް ރިޕޯޓުކޮށް ނަތީޖާ.

ސައިންޓިފިކް މުޢައްސަސާތަކާއި ޖިންސީ ދަރުމަތަކުގެ އިދާރާތަކުން ކުރަންޖެހޭ
އިތުރަށް ނުލައި ޓީ-އިޓިންގ ގެ މައްސަލަ ބަލާލެވޭ
ވަސްވުން

އަދުގަނޑު ހުރަހަލާފައިވާ ދުނިޔޭގެ ކޮންމެ ބައްޔަކުން އިންސާނުން މިނިވަންވާން ޖެހޭކަމުގެ އަދި ހަމައާއެކު ވަރަށް ސާދާ އަދި ގުދުރަތީ ގޮތުގައެވެ. މިއީ ހުރިހާ ސައިންސްވެރިންނާއި ޑޮކްޓަރުންނާއި ފުލުހުގެ ބޮޑުވެރިންނާއި ޖިންމާދާރު ދަރުމަތަކުގެ އިދާރާތަކުން އަވަސް ސަމާލުކަމެއް ދޭންޖެހޭ ވަރަށް މުހިންމު ކަމެކެވެ. އެމީހުން ނުވަތަ އަދުގަނޑުގެ ވިސްނުން ގޮސްކަން އާންމުކޮށް ސާބިތުކޮށް، އަސާސީ ތަޖުރިބާތަކުން އެކަން ދޭހަކުރަން ޖެހެނީ، ނުވަތަ އެމީހުންގެ ހަމައެކަނި ކަނޑައެޅިގެން، އެކަންކަން އަމަލީ ގޮތުން ތަންފީޒު ކުރުމަށް އަކަން ޖެހޭނޭ ފިޔަވަޅުތަކެއް އަޅަން ޖެހޭ އެވެ. ހުއްޖަތުން، ޑޮކްޓަރުންގެ ފަރާތުން އެއްވެސް ފަރާވާތަކާއި ނުވަތަ ހިމާޔަތްކަމެއް ފަރާތުގެ ޤާނޫނީ ވަނަ، އެއީ ބަލިތައް ދުރުކުރުމަށް އެމީހުންގެ ފަރާތުން ބޭނުންނުވާ ސާފު މައްސަލައެއްގެ ގޮތުގައި އާންމު ތަރައްޤީކުރުން ޒަރޫރީ ކަމެއް ކަމަށް ވެއެވެ. އަމިއްލަ އަދުގަނޑު ގަބޫލުކުރާ ނުކުތާ މިއީ އާންމުކޮށް ހުއްޓާލަން ކަމަކަށް، ސަބަބަކީ މަދު އިންސާނުންނަކީ އަހަރުމެން ފެނުމަށް؛ އެކަމަކު ޑޮކްޓަރުން ދަރުކާރުގެ ހައިސާ ހެދުމަތްތައް މަތީ އަދި މަތިވެރި އަމާޒުތަކެއް ކަމާއި، އެމީހުންގެ މަސްޢޫލިއްޔަތު، ހަމައެކަމަކު ސައިންސާއި ހުދުމަތް ކުރުމާއި، އިންސާނިއްޔަތަށް ހުދުމަތް ކުރުމެވެ.

މަތިވެރި، އާންމު ރައްޔިތުން އަދި އެކްސްޕަރޓްސްގެ ޑޮކްޓަރުން އެމީހުންގެ އަންނިޔާގެ މަސްއޫލިއްޔަތު ވާޖިބުވެސް ނެ ހެއްދުން ބަލާއިގަތުމުގެ ކަމުގެއިވާއިރު، ފާއިންސާނީ، އަމިއްލަ އެދުން ބޭނުމަށް އަދި ދަރިވެރި ޑޮކްޓަރުންނަށް އެކަމުގެ ފުންނަރާ އެމީހުންގެ އަމިއްލަ ގެއްލުމެވެ. ފުންނާތުން ބިންވަޅު ނުފެއިވާ އާދައިގެ ކަމަކުން ބަލާފަ ގޮނޑުމަކުން ދިމާވާފައިވާ ކަމަކުން ބޮނާ ދަރިކަމެއް ހަމައެކަނި ކުރެވޭ ބަރާތާއެއް ގޮތުގައި ވެދާނެއެވެ

ނުބައި މީހުންގެ ނިކަމެތި އަމިއްލަ މަސްލަހަތު ނިވާކޮށްލާލެވޭ. ތި ކައުން ހެދުމަކީ މަތިވެރި މީހުންނާއި ނާތަހުޒީބު މީހުންނާއި، ހެޔޮ މީހުންނާއި ނުބައި މީހުންނާއި، ބުއްދިވެރިންނާއި ނުވިސްނޭ މީހުން ވަކިކުރުމަށް ލިބޭ އެންމެ ރަނގަޅު ފުރުސަތެވެ.

ތި ކައުން އާލާކުރުމަށްވުރެ އިންސާނީ އަދި ބޭޒާ ހަރަކާތެއް ނެތެވެ. ގަރުނުތަކެއް ކުރިން އޭތް ނިދިއިން ހުރިހާ އިންސާނުން ހޯދައިވާލައި، ވެ ހުޅުވައި، އޭގެ ވަރުބަލިކަމުން ބޭރުގަން، މިހާރުގެ ބިރުވެރި ހުވަފެނުން މިނިވަން ކުރުމަކީ ކާސްމެހުން ކުރަންޖެހޭ ކަމެކެވެ. މުއްސަނދިން އެމީހުންގެ ފައިސާ މި މަސައްކަތަށް ހަދިޔާ ކުރަން ޖެހޭނެ؛ ފުރަތަމަ މީހުން އެމީހުންގެ ސިކުނޑިއެވެ. ޖަމިއްޔާތަށް އުފެއްދުމާއި، ކުލަބްތަށް އުފެއްދުމާއި، ނޫސް ނެރުމާއި، ފޮތް ޗާޕުކުރުމަކީ ކާންމުކޮށް ބޭނުންތެރި ކަމެކެވެ.

މީގެ އިތުރުން އަރާމުކުރުމާއި މުނިފޫހިފިލުވުމާއި ކުޅިވަރު ކުޅޭ ހުރިހާ ވަސީލަތްތަކާއި ތަނަވަސް ސަޤާފީ ހެދުމާއި، މަދު މަސްރަހުގެ "ޖަލަންފުމުގެ" އެހީގައި ޝައުޤު ހުރައި، ޖުލާސްވެ، ފަނާކުރަނިވި ތަފާތުތަކުން މިނިވަންވެ، އެ މީހުންނަށް އެކުވެރިވެ ވަކިކޮށްދިނުމަކީ ކާނުމުގައި ކުރަންޖެހޭ ކަމެކެވެ ބޭނުންވާ މައުލޫމާތާއި އިޖުތިމާޢީ ނަތީޖާ ބައްޓަމެވެ. ތަޖުރިބާ ނުވަތަ ސަލާމަތްކަމާއި ހުސްފިޔަވަތް ފަދަ އަތުގަނޑުމުންނަށް ބޭނުން ނުވާ ބޭރުގެ އިމާރާތްތައް ބިނާކުރުމަކީ މިކަމުގެ ފައިސާއާއި ހަކަތަ ހޭދަކުރުމަކީ ވާ ބޭނުންތެރި އަދި އުފެދިގެންވާ ކަމެކެވެ. ތި-އިޖުނަގެ ސެލު، ހަމުގަތްގައި މިނިވަން އަދި ހުރަހެއް ނެތް ޒުވާނާ ލިބިފައިވާ ކާން ފުރަތަ މީހެއް، ނުވަތަ އާންމުންގެ ސިއްހަތާއި ހެޔޮ ދުވަސްތައް ހަދާނެ ކަމަށް ޝައުޤުވެރިވާ ކާން މީހަކަށް އަދިގަނޑުމުންނަށް ތަފާތުކުރަކުން ބަޔަކަށް ބޭނުންވެއެވެ. އެފަދަ މީހުންގެ ނަންބަރެއް ބޮޑުކުރައި ލިބިދެވޭނީ ރަނގަޅު އަކުރުތަކުންނެވެ.

ބޮޑު ބޭނުމަކީ އެއްވެސް ފާފައެއް ނޫނެވެ

ބައެއް މީހުން އަހަރެންގެ މައްޗަށް ތުހުމަތު ދެއްވައި ހުރި ކަމަށް ބުނުމަކީ ކުށެކެވެ. އަހަރެން ކައުންޓާ ކާ މީހުންނަށް ދާކޮށްދިނުމާއި ފުރުސަތުދެއްކުމައި އަދި ކުންފުނިން އޭ ކިޔާއިރު، އަދުގަނޑު ބުރުމަތަށް ނުކުރަން؛ އަދުގަނޑު ހަމައެކަނި ބޭނުމީ ޚިޔާލު، އެ ޚިޔާލު ކިބައިންގެ ހިތި ނަމަވެސް.
އަމިއްލަ ފަރުވާތެރި އަބުން ވެބިވާ ދަރިފުޅުގެ އަނގަ ހުނު ކާނާއިން ފުރާވުމުން ދަރިފުޅުގެ ގުނަވަންތަކަށް ގެއްލުންދީ ބޮޑުމަސްކަތާއި މަރަން ގެންދެއެވެ. ޒާތުބަހަށް ކުޑަކުދިންނަށް "ނިއުޓްރިޝަނަލް" އަދި "ފުޑްސައިން ހަޖަމުކުރާ" ކާނާގެ ޖައިޓެއް ބައްޓަންކުރާއިރު އަދި...

ތަރުކާރީއާއި ގޯވާގެ ހަރަދުގައި އާޗިޒުޝަވް ބިޒިނަސްތަކުގެ ޑިމާންޑު ދިމާވުމުން އޭނާ ކުރާ ކުރަނީ އެއަށްވުރެ ބޮޑު ކުރެވެ.

ޓާންގެ ދުވަހުކޮޅުވެސް އަދުގަނޑު ފާހަގަކޮށްނަމަ، ތަޖްރިބާގެ އާދައިގެ ހިޔާލު އިޙްތިރާމްކުރުން، ބަލިކަށި މީހުންނާއި ބަލިކަށި މީހުން އަމީހުންގެ ބަލިތަކުގެ ސަބަބުން ފެހެއިޓާ ހަމަ އެ މައްސަލައެއް ޝިފާވެރިއަކުގެ ގޮތުގައި ދެކެ، ދަރިފުޅިކަމާއިކު ކާކާ ގޮތުވެ އަމީހުންގެ ސިއްހަތަށް އަނބުރާ ގެންސްދެވެން މައްސަލައެއް (ކައްކާ ތަރުކާރީއާއި ޑޯވާ)، ހަމައެކަނި އަމީހުންގެ ތަކެތިފަހަކުގެ ސަބަބުއްގެ ގޮތުގައި ދެކޭތީއެވެ. އެކަން މިދިއަން ބަނޑުގެ ފެހުބާން ކުރެވިފައި ހަމައެކަނި ދި މަރުވާ ފެދު ހާސް ވިސްނުމުގެ ސަބަބުންނެވެ. ހިތާމަވެރިކަމުގެ ފެހިހަމަ އަޅައިން ވަދެގެން ދިޔާއީ ދުވަހުކޮށްފި ފިނިކަމުގެ ފެހުވާކުޑަކަން ނުހުރެވުނުއެވެ.

އެއްވެސް ގޮތަކީ ހުރިހާ ނަފްސް ނައްބާމުދާ ދުނިޔަން...
އިންސާނީ ފެއްޓުމަށް ހާއްސަކޮށްފައިވާ ރޯ ގޮތްތައް

އޭގެ ތަނަވަސް ބަލަންސްގައި ކުރެވޭ ޢިނާޔަތް ޖާގަދުވުންނެވެ
ކައްސާބީއެއްގެ ސިޔާއަތަށް ފެހުކާނުދާ ރޯ މަޖީރިއަލްސް، ޖިސްމާނީވު މީހުންގެ މައްސަލަ އިހުމާލުގެ ތުހުމަތުކާން ދައުލާއަން ގެނެސްދިނު، އިންސާނީ ފެއްޓުމަށް ތަނަވަސްކަން މަސައްކަތް ކުރުމަށް ބޭނުންވާ ރޯ މަޖީރިއަލްގައި އެންމެ ނަފްސްހަތު ބޮޑު ޖެހޭ ކުރާ މީހުން ގިނަ ފަހަރަށް ސުކާބީ ފެނި އެވެ. މިގޮތުގެ އިޚްލާސް ކުރިއެރުން ޖިބުފައިވާ ގޮތުނަމުގައި، އެންމެ ޖޯހަރު އަދި މޮޅު މީހަކަށް ގެނގަނޑުން ކާނާ ހެދުމަށް ކައްކަނީ ހުރިހާ ޢާލަމެއްގެ ތަނަވަސްކަމާ ވަރަށް ގިނަ އެކި ގޮތްގޮތުގެ ފިޔަން ގޮތްގޮތް ޖެހޭގެ ހިތްވަރަކީ، އެންމެ ތަފާސްހިސާބު ކުރާ މާކެޓްގެ ކުރިން ޖާގަ ދޭތޯ ހޯދުމަކީ މުހިންމު ކަމެއް ފިލްމުއިގައި ހުރިހާ ރޯ ކަރަންޓް ފެއްޓުމަށް ވަރަށް ފަސޭހަ ކާނާ ގެއްލިފައިވާ ޖެހިގެން ދިޔާ އިރުފުޅު ފަދަ ސްޓޭޝަނުތަކަށް ޕްރޮފެޝަނަލް ކުރުވާއިނެވެ. ފަރާތްތަކުގެ ވަކިން ކޮމެންޓްތަކުގެ ކުރިއެރުމާއި ހުރިހާ ނަފްސް ހާމަވާ ދައުރެއް ވެފައި ވަރަށް ކުރިއެރުންތަކުގެ އަނިޔާ ދެއެވެ، އަދި ބޮޑުގަދަ ތަނެއްގެ ބޮލަށް ވީ އިނދެފައިވާ ހަވާލުވުމަކީ، ދެކަމަށް ސީޓުތަކުގެ ދަށަށް ދުވަސްތަކަށް ރޯކިޔާ ގަރާރުކުރެވުނުއެވެ. ހަމައެކަނި އެކަމުގެ ޙައްޤު މީހުންގެ ޖީލުގެ ތަނަވަސްކަމާއި ދިމާވެގެންނެވެ.

ފެހިބަހަ ނަޖީސްކުރުން ބަލައިގަތުމުގެ އަދުގަނޑު ކުރިޔަށް ޕްރިންސިޕަލްގެ ޖަމާޢަތުން ގެނެސްދިނުމަށް ބޭނުންކުރަމުންނެވެ
ހުރިހާ ބައްދަލު ކުރި-އިސްލާމީ ދި ޖަހާއިން ކުރިޔަށްޖެހުނެވެ. އެކަމަށް ފުރުސަތު ލިބުނު ބޭފުޅުން އޮތީ "ގުޅުންހުރި ނަމްބަރުތަކަށް" ކަނޑައެޅިގެން ފަސޭހައިން ފެށިހުރި ހުރިހާ ތަނަކަށް ފެނުން ދިޔައެވެ. ކޮމްޕެނީތަކުގެ އެދުމުގެ ދުވަސްތަކަށް ދިމާވާ ދަތިކަމެއް، ދި އެންމެދާ ބަޔަކަށް ކުރިމަތިލާ ހުރިހާ ތަނުގެ ބަލައިގަން ނުވާނެއެވެ

ޓީ-ކައުން؛ އެއާ ޒިދުވެން، އިންސާނީ ނަސްލުވެން ދުނިޔަވިންނުގެ ބާރު ވަޒަންކުރުމުގެ ފިޔަވަޅުތަކުގެ ގޮތުގައި ޒިދުމަތްކޮށް، އަދިން އުފެއްދި ކުއްޖާގެ ޖެހޭސާފުކޮށް މިފެދަ ބިރުވެރި ޖަނަވާރެއް ވަރުން ހުއްޓުވުމަށް ކުރެވެން އޮތް ހުރިހާ މަސައްކަތެއް ކުރުމަށް ބާރުއަޅަން ޖެހެއެވެ. އަމިއްލައަށް ކައުކާ ކައުން ދުރާލާވަން އުނދަގޫވެ، އަދިވެސް އެމީހުންގެ ގެއްލުން ހުރި އާދަޔާކުރުގައި ދެމިތިބޭ މީހުންވެސް، ހަލާކުވާ ކަނޑަވަރުކޮށް، އުފެދުމުން އަންނަ ޖީވާއި އިންސާނުންގެ މުސްތަޤްބަލުގެ ތަރައްޤީގައި ދަރުސްދީގެން އެ ހަލާކުވާ ކާރިޘާއަށް ހުރަސްއަޅާ ކުރަން ޖެހެއެވެ އަދި ޓީ ކައުމުގެ އުސޫލުތަކާއި ލިބެންހުރި އެހެން ހުރިހާ ވަސީލަތްތަކުން ބަރާބަރުކުރަން.

ހަމަގައިމުވެސް އެ ހަނި ވިސްނުންތަކާއި ފަހަތަށް ބަލާ މީހުންނަށް ބަލާއިރު ކައުކާ ކާނާއާއި މަސްތުވާތަކެތީގެ ފަރާތުން ފަހަތަށް ނުޖެހޭ ގޮތަށް އައްފަރާތްތަކާއި މީހުން ޓީ ކައުމުގެ އުސޫލުތައް މާ ކުރިއަށްދާއިރު ނަމަވެސް މިއަދު އަޅުގަނޑުމެން މި އުޅެނީ ކާސްމިކް ޖަމާނާގައި ނޫން ކަމަކާއި، މެދު ޖަމާނާގައި ނޫން ކަމަކަށް ޖެހިލު ޖެހުމައްވެ.

މިއަދު އަޅުގަނޑުމެންގެ ކުރިމައްޗަށް ބަހައްޓާފައިވާ އިންސާނީ ނަސްލުގެ ދިރިހުރުމުގެ ނުވަތަ ނައްތާލުމުގެ ސުވާލެވެ. ފަސްޖެހުމަކީ ލާއިންސާނީ ކަމެކެވެ.

ޓީ-އިޒިންގެ އިން އާންމު ތަންތަނުގައި އިންޓިމާއަށް ފައިދާތަކެއް ލިބޭނެކަން ކަނަވަރުކޮށްދީފައެވެ
އިޖްތިމާޢީ ދިރިއުޅުމުގެ ފެންވަރު މަތިކޮށްދިނުމަށް އެބަހެ...
ބައިލްސް އެވް

ގަބޫލުކުރެވޭ މިންވަރަކަށް ނިއުޓްރިއަންޓްސް އަޑީޝަންގެ ހަމަތަކަށް...،
ޕްރޮޓީން، ރިފައިން އަދި ޕްރޮސެސްޑް ގެ އެބައް ގޮތަކަށް ގާތްކޮށް ގެނެސްދެނީ. މިސާލެއްގެ ގޮތުން ބޮޑު ޖެހުން 100 ގްރާމްގެ ފެންވަރާއި ހަމަޖެހޭ ނިއުޓްރިޝަން ފަދަ އެއް އިތުރު ހަމަޖެހުން ލިބޭ ހުރި ޕްރޮޓީންގެ ނިއުޓްރިޝަން ފަދަ އަދި ފުރަ ބޭނުން ކުރަނީ.

އެހެން ހުރިހާ ބާވަތެއްގެ ކާނި، ފުރުސަ، ތަރުކާރީ އަދި މޭވާ ފަދަ ބާވަތްތަކުގައި ވެސް ހުރި އެއްޗެވެ. މިއަދު ޖަނަވާރުތަކުގެ ހުރިހާ ކާނާއެއް ދުނިޔޭގެ ފަސާދަ، ދުނިޔޭގެ އެއްވެސް ތަރުކާރީއަކީ ތަފާތު އެހެން އާބާދީގެ އިތުރުކަމެއް އަމިއްލައަށް ކާން ފެށުމަށް އެއްކަމަކީ ވެސް، އޭގެ ޓީ ގެންދިއުމުގެ ކާނާގެ ބޭނުމުގެ ގޮތުގައި. ޓީ ކައުމުގެ އަސްލު މާނަ އިތުރަށް ވިސްނާލީ، އެ ނިއުޓްރިއަންޓްސް ނަރުހާލުތަކުގައި މީހުން ބަލާކުރުގެ ބޮޑު މަސައްކަތަކާއި، ފަރުމާއި، ފައިސާއާ މެދު ވިސްނާފައި، ދުނިޔޭ ހުރިހާ ކަމެއް ވިސްނާލުމުންނެވެ

އެ އަމިއްލައަށް އެއް ނިއުޓްރިއަންޓްސް ނައުޓްރާލޮޖިސްޓް އަޅުގަނޑުމެންގެ ގޮނޑުވަންތަކަން ކުރިމަތިވާ ގެއްލުންތައް ނައުޓްރާލޮޖީގެ
އޮންލައިނުގައި ސިޔާސީ އެކިއެކި މީހުންނާ ބެހޭގޮތުން ފަރާތްތަކުން އަދި އާންމު ރައްޔިތުންނަށް ކުރާ ބޭނުންތެރިވާ ހަރަދުތައް.
އަޅުގަނޑުގެ ބާރުންތަކުގެ ތެދުކަން، މި މައުލޫމާތު ބެހޭ އިތުރު މައުލޫމާތު ލިބިގަންނަން ބޭނުންވާ ކާންޏާ މިހަކަން ކާންކްރީޓް
ދަލީލުތަކުން ދައްކާލަން އަޅުގަނޑު ތައްޔާރަށް މިހިރީ. މިކަމުގައި ފުރުޞަތުތަކެއް ދައްކައި، އަމިއްލަ އެޖެންޑާއެއް ގެންގުޅުމި
ކުރުމަށްޓަކައި މި ރިޕޯޓު ހިއްސާކުރާނީ ބަލައިގަތުމަށް ވީހާވެސް ބޮޑަށް ފަރުވާތެރިވެ މިޒާޖު ބަދަލުވާ ގޮތަކާއި ވާހަކައަށް ދުވަހުން ދުވަސް
މަސައްކަތް ކުރަނީއެވެ.

އެމީހުން ބޮޑު ކާމިޔާބު އަސާސީ ވަޒީފާތައް ދޫކުރަނީ ހަލާ ސަރަހައްދު އެކަމު ދޭ ސަބަބަށް ކަމެއް ފަރާތް އެވެ. ނަމަވެސް
ކަމެއް ކަމުގެ "އުމުރުކަން" ޢިނާޔަތް "މަސްރޫފު" ކުރުމަށްފަހު ބަލިވުމަށް ހުރުމަކީ މިންވަރު ކުރަން އިސްކަންދޭކަން
ދިރުމާކަން، އޭގެ ނަތީޖާއަކީ ގިނަ މުދާ ހޯދުމަށް "އިތުރު ކާމިޔާބީތަކެއް" ހޯދުން ސިފަސިފައިން އަދަދު ގިނަ ތަނަވަސް ކުރުމުގެ
ފުރުޞަތު ދޫކޮށްލަން ޖެހެއެވެ of much hard work ނަމަވެސް، އަޅުގަނޑު ހުށަހަޅާ ފާހަގަކުރެވޭ ޤަބޫލު ފުރުޞަތުތަކުގެ ޚިޔާލުތަކެއް
ދިން، އެމީހުން ސާބިތުކޮށްދެއްކިދާނެ ގޮތެއް، ބަލިތަކުން ދުރުން މިނިވަންކުރުމާ ދުރުގައި، ތި ކާމިޔާބު ހަލާކުވުމަށް އެމީހުންނަށް
އެކަށީގެން ބޮޑު ގެއްލުން ލިބޭކަން.

މިކަން އެމީހުންނަށް ކުރިމަތިވެ ދުވަސް މުސްތަޤްބަލު ކަމެއް ކަމުގައި ފެންނާނެއެވެ. އެއީ ދޭހަވަނީ، އެމީހުންގެ ފުރަތަމަ ވިސްނުމަށް
ބަރާބަރަށް ނުވަތަ އެހެން ގޮތެއް އެމީހުންގެ ކިބައިގައި ނުރުހުން ކަމަށްވެ، އެ ވިސްނުމުގެ އިންތިޒާމަށް ލާއިންސާނީކަން
އެންމެންނަށް ވެސް ފެންނަ ކަމެކެވެ.

އެހެންކަމުން، ކުރައްވަނީ ހުރިހާ ކުރިންގެ ފަރާތުން އަޅުގަނޑު ޖީހަން ކުރުން، ތި ކާމިލް ދަރަޖަ ފަރާތްތަކުން އެމީހުންގެ
އިޙްތިރާމްތައް ނުސަލާމަތުން ހުރަހަކައި، އެމީހުންނަށް އެކަށީގެންވާ ޖަވާބު ލިބި، އާންމު ޒިންމާ ބަރުވާ ނިންމުންތައް
ނިންމުމުގެ ފުރުސަތު ލިބިގެންދާނެ ކަމެއް ފައިދާ އަދި ހަމައެކަނި ހުރުމެވެ.

ކާމިލް މިހަކުވެސް ރިއަލް އެންޓް އިންބެގްރޭޓް ތި ދަށްގަނޑުން ޖެހިއެވެ
އެކަށޭގޮތުގެ ހައިގަނޑުގެ ބަކާރި

ކާމިލް ފަރުދަކީވެސް ކާމިޔާބީގެ އެއް އެއްޗެއްގެ ފަރުދުވެރި ވެރިއެކެވެ
ދުނިޔޭގައި ޖެހިބެހޭ ހިސާބާއި، ރިފިޢިއްޔާ ޖެހިބީ އާމްދަނީއާއި ހިސާބުގެ ޗިއްޔާ އުފާވެރި ހަމައެކަނި އާސާއެވެ. އެހެންކަމުން،
އެ އަޖައިބުކުރުވަނި ޖެހިބީގެ ހަޔާ، ކުރައްވަނީ ތި މިޤްބިލަކާއެއް އާސާ ފުރިހަމައަށް އަހުލުވެރިވުން ޖެހެއެވެ.

އެ ރޮ މެޓީރިއަލްތަކުގެ އިންޓެގްރިޓީ ކަނޑައެޅިގެން ދިޔަރުގެ ބައިނަލްއަޤްވާމީ ސްޓޭން ނިއުޓްރިޝަނާ ބޭރު ބޮކްސްޓް ފުރޮޕަކުތަކުގައި
ކަނޑައަޅާފައިވާ ޕްރޮޓީން، ފެޓް، ކާބޯހައިޑްރޭޓް، ވިޓަމިން، މިނަރަލްސް އަދި ކެލޯރީގެ މިންވަރުކަން ނޫނެވެ. އަދި ކައުކާ ކާނާގެ
ރަސްމީ ތަކުގެ ދިމު ޕީސްޓީ ބަޔަށް އެއްޗެހިތަކަށް ބެހިގެން ކަނޑައެޅުމަކީ ވެސް ކުރެވޭނެ ކަމެއް ނޫނެވެ.

އެބައެއް މީހުން އަހަރެމެންގެ ބޮޑުކަމުގައި އަދި އެންމެ ސިޔާ ހިސާބުތަކުން އަޅުގަނޑުމެންގެ އަޒާއިބު ކުރެވޭނީ ޖަޒީރާބުން
އިންސާނާގެ ޖަރާސީމަކަން ބޭނުންވާ މުއިންމު ރޮ މެޓީރިއަލްބައި އެއްކޮށް، ފުރިހަމަ އެއްބައިވަންތަކަމާއި ބޭނުންވާ މިންވަރަށް
އެއްކޮށް، ދިރުމަށް ދީ، ބަރުކާތްގައި ޖަމާކުރެވިފައިވާ ދިރިހުރި ސެލްބަތުގެ ސިފައިގައި ހުންނަ ހަރަކާތްތަކެވެ.

ނިއުޓްރިޝަންގެ މުދި ސިއްރަކީ އެސެލްބައް މަރުވެފައި ނުވާބަ ދިރިހުރުމެވެ.
އެއްވެސް ހާލަތެއްގައި މަރުވެފައިވާ ސެލްބަތުން އުކުޅެވޭ މާއްދާތަކަކީ އިންސާނީ ފުރޮޓީނއަށް ރޮ މެޓީރިއަލްގެ ގޮތުގައި ހިތުމަށް
ނުކުރެވޭނެ އެއްޗެކެވެ.

އިންސާނާގެ ނިސްބަތުގެ ހިމްސާ ގެއްލި، ބޮއްދިގެ ހަތްދުތަކުން ބޯރުގައި އާނގެ އިޖާދުތަކުގެ މައްޗަށް އުފާފުޅުވެގެން
ނުވާނެއެވެ. ވަކިވަކި ނިއުޓްރިޝަނަލް ކެންސްޓިޓިއުޝަންސް ދިރާސާކުރުމުގައި ބައިނަލްއަޤްވާމީ ސްޓޭން އިންތިހާއަށް އުނދަގޫތަކެއް
ކުރިމަތިވެ، ވަރަށް ގިނަ މުހިންމު ހުދުންތަކެއް ހުށަހެޅިފައިވާ ކަމީ ތެދުކަމެވެ. ނަމަވެސް އެ ހުރިހާ ކާމިޔާބީތަކަކީ ބޮޑު ކާމިޔާބީތަކެއް
ކަމަށް ބެލެވިދާނެ ހަމައެކަނި އިންސާނާގެ ދިޔަރުގެ ފެންނި އަދި ނަފްސާނީ ތަރައްޤީއާ ގުޅިގެންނެވެ. ގުދުރަތުގެ އެންމެ މަތީ ހިކުމަތާ
ދެކޮޅަށް އެންމެ ފާހަގަކޮށްލެވޭ ސައިންސްވެރިންނަށްވެސް، އެމީހުންގެ ހުރިހާ އުނގެނުމާއި، އެމީހުންގެ ގޮތާ ނުލެވޭ ހުދުންތަކާއިކު،
ފަސް އަހަރުގެ ކުއްޖަކަށްވުރެ ބޮޑު ވިސްނުމެއް ނެތެވެ. އެހެންކަމުން، ގުދުރަތުން އުފެއްދެވިފައިވާ ރޮ މެޓީރިއަލްތަކުގެ
އެއްބައިވަންތަކަމާއި ނަޒާހަތްތެރިކަން ގެއްލި، އެމީހުންގެ ކުޅުކޮޅަ އިލްމުގެ ކުދިކުދިކަން ފުރިހަމަ ސައިންސަށްގެ ބޮޑުކަމުގައި އާންމުންގެ
މައްޗަށް ލާޒިމުކުރުމުގެ ހައްގެއް އެމީހުންނަށް ނެތެވެ.

ޝައުކުއްވެސްނެތި ބޮޑުކަމުގައި ކާބޯތަކެއްޗާއި ސިއްރުތަކުގެ ތެރެއަށް ވަންނަން މަސައްކަތް ކުރުމުގައި
ސައިންސްވެރިންގެ އެންމެ ފަހުގެ މަޤްބޫލުކަމަކީ އިންސާނާގެ ޖަރާސީމަކަން ކާނާމެހުން ބޭނުންވާ ހުރިހާ ނިއުޓްރިޝަނަލް މާއްދާތަކެއް
ދެނެގަނެ، އެ މާއްދާތަކުގެ ނިސްބަތެއް މިންވަރު ކަނޑައަޅައި، އެ މާއްދާތަކެއް އެއްކޮށް އެއްކޮށްލުމެވެ. އެހެން ގޮތަކަށް ބުނާނަމަ،
އެމީހުން ބޭނުންވަނީ އާޓިފިޝަލް ގޮތެއްގައި ހަނޑުލުގެ ދަނޑުއަޅާ ނުވަތަ ލެބޮރެޓަރީ ދަނޑުއަޅާ ތައްޔާރުކުރެވޭން، އެއަށް ދިރުމަށް
ދިނުމަށެވެ. އެކަމަކު އެތައް ހާސް އަހަރެއް ވަންދެން މޮޅުކަމުގެ ދުޅަހެޅިމުގެ ކުރި މަސައްކަތަށްފަހު އިންސާނާއަށް ނޫޅޭފަދަ އެއްޗެއް،
ގުދުރަތުން މިއަދު އަޅުގަނޑުމެން ހުރަހަކަށް ހިފާ. އިތުރަށް އަހަރެމެން ބޭނުންވާ ކާނާއަކީ ހެއްދެވީ؟ އަޅުގަނޑުމެން
ޝައުކު އުފެދޭ ކާރިސާތަކު ކުރާ ހިކުމަތާ ގުޅޭ...

ދުނިޔާސް ނުވަތަ މަހަން އެޕްލިކޭޝަނުގައި އިންސްޓޯލަން އަންގެ ގަބޫލުކުރެވޭ ފަދަ މީރުކަމެއް ކުރުމަށް ބާރުއަޅާ ކަމެއް ހެއްދެވޭ؟

އަޑުގަނޑުވެރިނަން އިތުރަށް ބޭނުންވާ ކަމަން ހިކުރުމަށް އަންގާ ބެއްދިވެރި އަދި ނުރައްކާތެރި ކަމެކެވެ

ތަރުކާރީ ހަދިގަނޑުގައި ހުންނަ ވަރަން ވެރި ޖުރުޖޭން ނުވަތަ އަހަން ނިއުޓްރިޝަނަލް ކޮންސަލްޓަންޓް އެވެ. ދެވަނަ މާއްދާގައި މަދު މިންވަރަކަށް ޖުރުޖޭން ހިމެނޭނަމަ، އޭގެ މާނައަކީ އަހަރުމެންގެ ހަދިގަނޑުގެ އިތުރު އެއްޗެއް ބޭނުން ނުވާނެއެވެ.

ބަޔެއް މީހުން ހަދިގަނޑު ބޭރު ގެތެރޭން މެދުނުކުރެ ވާހަކަ ދައްކަމުން ވަރަން ވާހަކަދެއްކެވެ-

އިމާރާތް ކުރުމަން ބޭނުންކުރާ ތަކެތި. "ފުރިހަމަ ބެލެންސެއް" ގަނާވާރުގެ ޖުރުޖޭންތަކާއި "ނިއުޓްރިޝަނަލް ކައުންސެލިންގ" ކޮންމެ ޕްލޭނެއް އިސްތިރީ އެއް މިލިމީޓަރަކަށް ވުރެ މަދުން އިތުރުކުރުމަކީ ނަމަ، މިއަދު އިންސްޓާގެ އިސްތިރީ މިސްރުވެސް އެތައް މީޓަރެއް އިތުރުވެގެން ދިޔައީއެވެ.

ޒިނާ އަދަދަކަން އުފެއްދާ އާބިފިޝަލް ވިޓަމިންތަކައި ދުވަހުކޮޅު ނިއުޓްރިޝަނަލް ކައުންސެލިންގ ބޭނުންތަކުގެ ގޮތުގައި ހިފުމަށް ނުކުރެވޭން ވަރަން ފެންނަނީ ސަޕްލިމެންޓް ކައިގެން ބޭނުންކުރަން ޖެހޭ ވަގުތުގައި އެތައް ގުނަ ބޮޑުވެ، މިންބަރުގެ އެކި ބާވަތްތަކުގެ ގިނަ ސަބަބުތަކެއް ހުރެއެވެ؛ އެހެން ގޮތަކަށް ބުނާނަމަ އެހެނިހެން އަރައިގަތުން މަދުކުރެވިދާނެއެވެ.

ވަކި ކާނާއަކީ ވިޓަމިނެއް ނުވަތަ އެހެން ނިއުޓްރިޝަނަލް ކައުންސެލިންގ މަސައްކަތުގެ ގޮތުގައި ދުވަހުގެ ހިތާމައިގެ ކުރު ވިސްނުމެކެވެ.

ހިރާ އޮގަސްޓް ކޮމްޕެނީތަކުގެ އުފެދިފައިވާ ގޮތުގެ ގަސްބަދަލުތަކެއް އެއް މާއްދާތަކުން ނަމަވެސް، އެތަކެތީގެ އުފެއްދުންތަކާއި މުދިއާލުގައި ސްޓްރެސްތަކަށް ތަފާތުވުމުގެ ސަބަބުން ފެޔާކަން އަދި ކެމިކަލް ޖުރުޖޭންތަކުގައި ތަފާތުވުމެވެ. މިހުރިހާ ތަރުކާރީ ހުރުމަކީ އެކެއްޗެއްގެ ބަދަލުގައި ކެމިކަލް އެކެއްޗެއް ދެވަނަ ގޮތަކަށް ނުވަތަ މަތިން ތަރުކާރީގެ މާއްދާތައް (ކަބާބު، ހަމުޖެހިގެން އަދި އާކްސިޖަން) އިންކަން އޮންމެންނަށްވެސް އެނގޭ ނަމަވެސް ކުރިއާއި ތަހާއާއި ސިޓީ ވަރަށް ބޮޑުން ތަފާތުވެއެވެ. ދުނިޔެއަށް ގެންގުޅުނީ އެއް ބާވަތެއްގެ އޮރެންޖު ނުވަތަ ދަނޑުވެރިކަމުގެ ހުރިހާ ކަހަލަ ބައެއްގެ ގުދަނަށް ގެއްލުމެއް ގަނަވާރުތަކަށް ކާރުޓެއް ހަމައެކަނި އެއް ވައްތަރުގެ ގަސްތަރުކާރީން ކަމަށް ވާނެ. ނަމަވެސް މި މަސްވެރިކަން ޖުރުޖޭން، ފޮތް، ވިޓަމިން އަދި މިނަރަލްސްގެ ފުރިހަމަ ސަޕްލައި ލިބިގެން އަމިއްލަ ހެއް ބާވަތުގެ ކާރުއިންނެވެ.

ދޭތެ ވިޓަމިންތަކާއި ފާރުކުރަނިވި އެންޓިއޮކްސިޑެންޓް އަދި އެހެނިހެން ވިޓަމިނުގެ އާއިލާއިގެ ބެލުންތަކަން ފުރިހަމަ ދިރުމުގައި އޮކްސިޖަނުގެ ބޭނުން އަދި ބޭސް ރިޖިސްޓްރީގެ މައްސަލަ ނަމަ ނަމަވެސް އަވަހަށް ބޭނުން ފުރިހަމަ ޖީނީ ތަކުގެ މައްޗަށް ބަރުވެގެން ގެއްލިގެންދާ އެއްޗިއްސާ ތަޖުރިބާ ކުރެވެއެވެ.

އެއްވެސް އާބިޕިޝަރު ވިޔަފާރިކުރަން އަލިފާނުގައިވާ ގުދުރަތީ ވިޔަފާރިތަކުގެ އަޅައިބު ކުރުވަނިވި ބަލައިސް އަލުން ނުލިބޭނެއެވެ؛ އެއްވެސް ވިހައުކަން ޖެހޭނެޒަރޫރީފައިވާ ގުނަވަންތަކާއި ގޮފުންޖެހުނުތަކުގެ އާދައިގެ ބައިވެރިކަލް ފުނުކުޝަންތައް ރެކިއުގާޖް ނުކުރެވޭނެއެވެ؛ ބޮޑުގެއި ހަލާކުވެފައިވާ ގުދުރަތީ އެންމެބައިބޯކުސްގެ ބަރަދުގައި އެއްވެސް އެންމެބައިބޯކަކަށް ނުދެވޭނެއެވެ.

ޖަނަވާރުތަކުން އަމިހުންގެ ރިހުން ރަނގަޅު ކުރަނީ އެ ރިއްސުން ލިއްސައިގެންނެވެ. އަމިހުންގެ ސުލްހަޝަންތަކާއި ފޯރިތަކަށް ބަލާބޭރުއާ މަރާ މާއްދާތަކުން އެކުލެވިގެންވާ އެއްޗެހެވެ. ނަމަވެސް ކައްކާ ކާ މީހުންގެ ސުލްހަޝަންތަކަށް އަޑަރަ ސިފަތަކުން އެއްބައިވެރިވާ އެއްޗެހެވެ. ރޮ ކާ މީހާ ނަފާވާ ނިޔާމުގެ ޖިސްމުތަކުން ދުނިޔާ ސުލްހަޝަންތަކުގެ އުޖެންސީ މުދުވެރިޔާން ސިޔަރަސް ފިނިހަރުމިނުގެ ނުރައްކާ ދުރުކާނުދެއިރު، ކައްކާ މީހާ ކާރުގެރުއާއި ފޯރިތަކުގެ ކާރުތައް އުފައްދާ ނަމަވެސް އަދިވެސް ހަމަ އެ ނުރައްކާވާ ދުލާވެ ނުހުދުއެވެ.

ކައްކާގައި ކުއްމުގެ ޗަމާނަޔާ އެޖެކްޝަނަށް،
ޒުރާފާތާއި މައިކްރޯބްސް ފެހިކަން ކުރަނީ އެންމެ މަތީގައެވެ

މިޔަމާނުގެ ބޭސްފެހިކަމުގެ ވަރަށްގިނަވަނީ ބޭކާރު ޒުރާފާތަކުގެ ވަގުތަނީބެކެވެ. މުދި މުޖެކަލް އެކްސިޕީރި ޕިސާފައިވަނީ އަލިފާތްތަކާއި، ފެންނަން ހުނަނަ، މަކަރުފެރި އަދި ފުރައަރާ ގްޗޯތަކެއްގެ މައްޗަށް ކަމަނާއި، އެންމެ މުއިނުމު އަދި އަސާސީ އުސޫލު ވަނީ ހަނދާން ނަތީޖާން ވަރުގެދިޔައީއެވެ. މިއީ ކާނުގެ ފުއްޕެރިއައްގެ ވެސް އެފިޝަންޖް އާފްރިކާޝަން އިންދިނިއަރ ކަނޑައަޅާފައިވާ އިންޖެކްޝަން ރޯ މޮޅިރިއައްވެސް ޝިނިފީލް ސަފުރެއް އަށް މަގާވާ ކަމުގެ ހަޔާތަކެވެ. މި ހާލަތުގައި އިންސާނީ ފުއްޅިރިގެ އިންޖެކްޝަން ރޯ މޮޅިރިއައްވެސް އަދި ދިރިހުރި މަރުކާޒީ ސެލްތަކާއި އަހަރެން އެއްކޮށް ނުނެވެ.

މަދު ފެންނީ ކާމިޔާބީތަކެއްގެ މަސްތަފާވެގެން މިއަދުގެ މީހާ މަބާއްޝާރު ކުރައްޔާ ތަހުދީބުގެ އެންމެ މަތީ ދަރަޖައެއްގައި ކަމަނާއި، ހަނިމަތުގައި އެނާ ދަމާނުމާނީ އެންމެ އާއްމު، ގުދުރަތީ ނަފްސް އަދި ބިޔަފެރި ހުވަފެނީ ދިރިއުޅުމުކަވެ.

އާންމުކޮށް ބާނަމަ ސިއާސީ ކަނޑަކާއި އިހްތިރާމުގެ އަޚްލާޤީ ބައުވަރުގެ ދާއިރާތަކުގައި އިންސާނާގެ ސިޔާސީއާއި އިރުޝާދުތައް ފެނިކަންތަން، އާނާގެ އަމަލުތައް އަމާޒުވެފައިވާ ނަފްސާތަކު އުފެދު އާޒާދުކޮށްފައިވީ ބޭކާރު ޒުރާފާތަކުންނެވެ. ދިރިއުޅުމުގެ އެންމެ މުހިންމު އަދި އަސާސީ މައްސަލަތައް ހަނިރާސްތަކުން ނަތީޖާވެފައި، ފިރިހުނުން ދެވަނަ ދަރަޖައިގެ މުހިންމުކަން ހުރި ފުދޮވަރަކަން ކުދިކުދި ކަންތައްތަކުން މާޗާކަން ބޮޑުކަން، އެކަންކަން މުހިންމު ސަމާލުކަމަކަން ބަދަލުކުރަން، ދެން އިންސާނާއަށް ވަގުތާއި ވަސީލަތްތައް ބޭކާރުކުރަން، އުފެއްދުމަވެ

ޖަދާވާތްތެރިކަމާއި، ލޯގެ ކަސްރުތަކަށް އަޒާރުވުމާއި، އާއްމު ހަލާކާއި ފަސާދުކުރުން ފެތުރިގެން ދިޔައެވެ.

މާޔާގެ ތާރީޚް ލިޔުންތެރިން ވަނީ ބޮޑުގެ ފަތަހަވެރިން ނަގާ ފައިސާއާއި ދުރުމަސާތަށް އެންމެ ނަފްރަތު އުފެދޭ ކަލަތަކުން ކަލަޖައްސާފައެވެ. މިއަދު ދައުލަތުގެ ވެރިކަން ނަގާ ހިސާބުން، ތަރުޖަމާ އަދި ވިސްނުންތެރިން ބައެއްގެ ގޮތުގައި ބަލާ ފިރިހެނުން، އެމީހުންގެ އަމިއްލަ އެޖެންޑާތަކާއި އުންމީދުތަކަށް ފުއްދުމަށް ބަދަލުކުރަނީއެވެ، އަމިއްލަ ރަޙުމަތްތެރިންގެ ޖުމްލަ އާބާދީގެ 90 އިންސައްތައަށްވުރެ ގިނައިން އަތުލައިގަންނަނީ، އެކިއެކި ގޮތްތަކުގެ ބަޔަކަށް ތަކެވެ. އެމީހުން ދުންފަތާއި، ބަނޑުހައި އަދި ބަނޑުހައި ނުހުން ބޭނުންކަމާއި، ސަލާމާއި، ކޮކާ އަދި ކޮފީ އުފެއްދުމަށް ހިތްވަރުދީ، އެ ހުރިހާ ކަމެއްގެ ސަބަބުން ރަށްތަކުގެ ސިޔާސަތަށް ބޮޑުވަރު، ދުނިޔެ އެ މަސައްކަތްތަކުން ލިބޭ ސަރުކާރަށް ލިބޭ އާމްދަނީ އިތުރުވުމުން ފައިދާކުރިއެވެ. ހަމައެހެންމެ އާއިލާއެއްގެ މާލީ ބައްޔާ ދަރިން ބޭކާރުކުރި ފުރުސަތުގެ ހަރަދުތަކުގައި ލިބޭން ކުޑަކުރީ ވާރިސާއި، އަދި އެއަށްވުރެ ގިނަ ކާމިލް، އެމީހުންގެ ސިޔާސަތަށް ގެއްލުން ދިނުމުގެ ބޭނުމެއް އަޅައިގެން ލިބޭން ކުޑަކުރި ވާރިދެއް ވެސް އުފާވެވޭހެންނެވެ.

ވަކިވަކި ވިޔަފާރިތަކާއި މަސައްކަތްތަކުގެ މަހާރަތު ހުނަރުވެރިކަމާއި ލަފާތަކުން އެއްވެސް ބޭނުންތެރި ނަތީޖާއެއް ނުލިބޭކަން ކާނާގެ ގޮތުގައި ފާހަގަކުރެވިދާނެ ފަރަކަތްތަކެއް، ހުރިހާ ބާރެއް ހިފެހެއްޓި ޤައުމުތަކުގެ ސިޔާސީ ވެރިކަމުން ބާރުލިބިގެން، އިންސާނުންގެ ނިއުޓްރިޝަނަލް އާދަތަށް މަޖުބޫރުކުރަން ތަރައްޤީވެސް ބިރުވެރި އުސޫލުތަކުންނާއި ވިޔަފާރިސް އާއި މަސައްކަތް ނަތީ ނުރައްކާތެރި ކާނާ އުފެއްދުން. އެންމެ ކުޑަމިނުން އަށާވީސް ނުވަތަ ރަސްމީ ވިލާތުން ނަތީ، ދުނިޔޭގައި، ބަނޑުހައި އަދި ބަނޑުހައި ނުހުން ބޭނުންކަމާއި، ބިސްކޯދާއި، ފްރައި އައްސޮރި، އައިސްކްރީމް، ސޮސޭޖް، ދަލު ކާނާ، ހޮދު ބާރި، މާޖަރީން އަދި އެކިއެކި ނުރައްކާތެރި މާއްދާތައް އުފެއްދުމަށް މެދުނުކެނޑި ފުރުޞަތު އުފެއްދިއެވެ.

މިހާރު ކާމިޔާބު އަންނަނީ އެމީހުންގެ ދުވަހުގެ ދިރިއުޅުމުގެ ހިންގުމުގައި އެކަން ސާބިތުކޮށްދެއެވެ
މުސްނަދަށް މަޤުބޫލިއްޔަތު އާންމު ވިޔަފާރިކުން ނުހުން ކަމަށާއި، ކައުނާ އިންސާނުންނަށް ހޯއްދަ ރަސްމީކުރަނީ
އެޖެންސީތަކާއި ބާކީ ހަރަފާތްތަކުންނެވެ.
މި ދުނިޔޭގައި އުފެދިފައިވާ ހަރުކަށި ޝައުޤުވެރިކަމަށް ހުރި ކުރިކުރި އަދި ދެވަނަ ދަރަޖައިގެ ސިވިލިޔަނާ މެދު ކަނޑައެޅުވާ އެކަމަށް
ގެނދިޔަކަކަށެވެ.
މިހާރުން ފެނިގެން ތަޞައްވަރު އިންސާނާގެ އަސާސީ ވާޖިބަކީ ކާނާގެ ސިފައްޗަށް ވެސް އެޖެންސީތަކާއި ހަރަކާތްތަކާ ދަރާވަރަން
އަޅުވާ އަދި ނިންމާ ކަމެއްގެން ހިންގުމެވެ. މިއީ އިންސާނާ ކުރާނެ ހަމައެކަނި އަސާސީ ވަސީލަތެވެ

އޭނާ އަބަދުވެސް އުންމީދު ކުރަމުން އައި އެ ފުރިހަމަ، ސުލްހަވެރި، އަރާމު، ދުލަހެޔޮ، ދިގު އަދި އުފާވެރި ދިރިއުޅުން ހާސިލްކުރުމުގައި ކާމިޔާބު ހޯދުން.

ކޮންކްރީޓް ހެއްކެއް އަހަރެންގެ ޚިޔާލު ކުރިމަތީގައި އެބަހުއްޓެވެ. ރޯ-އީޖިންގެ ގެ ޖަރީމާއިން ނޫން ހަމައެކަނި އަހަރެންގެ ފުރާނަ ސަލާމަތްކޮށްދިން ނަމަވެސް، ކުރިން އަހަރެންނަށް މަޑުން ކުރެއްސި އަނިޔާކުރި ހުރިހާ ބަލިތަކުން އަހަރެން މިނިވަންވި، އަވަސް މަރުގެ އެ ވަސްވާސްގަދަ ސުފްރާބަޔަކު އަހަރެންގެ ކިބައިން މުޅިން ދުރުކޮށް ދެރިއެއްގެއްވި. އުމުރުން 61 އަހަރުގައި ކައްކާ ކާ މީހުން މަސައްކަތް ހުއްޓާލައި ރިޓަޔަރމަންޓް ދެއިރު، އަހަރެންނަން ވަނީ 25 އަހަރުގެ ޖުވާނުންގެ ސިއްހަތާއި ބާރާއި ވަރުގަދަކަމާއި ހަކަތަ އަލުން ލިބިފައެވެ.

މަސްތަކައް ވަންދެން ދުވާލަކު 16 ގަޑިއިރު މަސައްކަތް ކުރަނީ، އެންމެ ކުޑަމިންނެ ވަރުބަލިކަމުގެ އިހުސާސެއް ނުކުރެވިގެންނެވެ. އަހުގަނޑަކީ ފުދުވެރިކަން ނެތިން، ކައްކާ ކާ މީހެއްގެ ހައިތަބެގެ ފުރިހަމަ މުއްދަތެއް އަނގައްކާވެސް އަހުގަނޑު ދިރިއުޅުނީމާ.

އިންސާނާ ދިރިހުރުމަން ކާން ޖެހޭ ކަމަކާއި ކާން ދިރިއުޅުން ނޫން ކަމަން ޕީނަ ފަހަރަށް ބޮނޑުވެފައެވެ.

މިހާރު ކެއުމަކީ ނިމުމަކަށް ވާސިލުވާ ވަސީލަތެއްގެ ގޮތުގައި ދެކޭ ޗީނޫނަކާ ހޮބިއަކަން ސާބިތުކޮންނޮން ވަގުތު ދެރިއެއްގެއްވި. މިޒަމަ ޗީނޫން އަހުގަނޑުގެ ނަފްސާނީ ތަރުޖަމާ ތަޖުރިބާކުރަން މެދުވެރިވާ، އިންސާނީ ޚާއްޞަ ގޮތެއް ފަދަ، އިންސާނީ ޖަމާޢަތުގެ އެއް ބުރި، އިންސާނީ ކާނާގެ ޒުވާބުތަކުގެ ތެރޭގައި ޚަތަރުވެރި ހިސާބަކަށް ސަލާމަތްވެ ހިނގައްޖެ.

މި ޒަމާނުގައި ވަރަށް ދަތިކަމާއި މަޝްއްޤަތުގެ ތެރެއިން ކޮރިއަގެ ފަރާތުން ކުރެވޭ ފަރާތު ދަތިކަމުގެ އަދަދު ހުރަސް ކުރެވޭ ހިސާބަށް. އިނގޭތޯ، އެއިން އިންސާނިއްޔަތު ސަލާމަތްކުރުމަށް ހުރިހާ ދޭތެރެ ކުރިއަރާ ކުރެވޭ ތަނެއްގައި ކުރިއަށް ދާނެ ގޮތެއް ދެކިގެންނެވެ. ނުވަތަ، އެއީ ކާނާ ދޫކޮށްލެވޭ ތަނަކަށް ފޯރުވައިދޭނެ.

އަލުއެތި ނަފްސާއި ދިރިއުޅުމުގެ ސިއްހަތަށް ޝައުޤުވެރިވާ ހުރިހާ މީހުންގެ ވާހަކަ އަޑު އެހުމާއި، ރޯ ކާއުމުގެ އެކުވެރިކަމާ ދެކެލާ މީހުން ފާހަގަ ކުރުމަށް ހިތާމަޔާ ދިމާވާ ހިތްވަރާއި ހަރުދަނާ ކަމުގެ ބަދަލުގައި، އަހުގަނޑު ލިޔުނީ ތަމްރީނެއްގެ ގޮތުން ޖަވާބުދާރީ ކުރުވާ މީހުންނާއި އަދި ނާއުއްމީދުކަމެއް ނެތި، މިންވަރުކުރަން ރޯ ކާއުމުގެ އަހުލުވެރިވެ ހަމަ އެންމެ ރަނގަޅު ގޮތަކީ ޝައުޤު ފުދުވާލެވިދާނެ ފުރުޞަތެއް ލިބިގެންދާނެއެވެ.

އެޕެންޑިކްސް

އަހުގަނޑުގެ ރޯ-އީޖިންގެ އާއި ބެހޭ ޒާތީ ތަޖުރިބާ ހިއްސާކުރުމަށް ޝައުޤުވެރިވާ ތަޖުރިބާކާރުން، އެހެން ރޯ-އީޖިންގެ ގައިޖެހޭ ކުރިމަތިވާ ކަންކަން ދެކޭ. މިކަމުގެ ރޯ-އީޖަރ އަށް ހުށަހަޅައިދޭ ފަދަ ބޮޑު ބަދަލުތައް ސަބަބު،

މަސްދުރު ނުވަތަ ހަވީރު ކައުމެވެ. އޭނާ ބޭނުން ވަގުތެއްގައި، އޭނާ ބޭނުންވާ ކާނގެ އެއްޗެއް އަދި ކާރިތެވުން ޖެހޭނެ ކުރާވަރަކަށް ކާލައްވެ. އެކަމަކު ކައުކާ ކާ ޗީޒް، ކާނދިރުނުގެ ޒާއްބަ ގަޑިތަކަކާއި ފާސްޓްފުޑްތަކަށް ހާނިފައިވާތީ، ކޮށް ކައުމުގެ ނިޒާމުވެސް، ވަކި އުސޫލުތަކެއްގެ ދަށުން ރައްޔިތުންނާ ކުރެވޭތަން ދެކެން ބޭނުންވާތީ، އެކަން ވާނީ ދުރާލާހުގާރެވެ. އެކަމުގައި ވަކި ގެއްލުމެއް ނުވެވެ.

އެއީ، ހަމަގައިމުވެސް، ތަފްސީލީ ރެސިޕީތަކެއް އެކުލަވާލުމާއި، ޔަނީ އަދަދުއްގެ އާ ކައުންތަކެއް ހިމެނޭ ގޮތަކަށް އަދި މަސްތަކެއް ޖެހޭން ކުރުމަކީ، އެންމެ މިހާރުގެ ގޮތްލާކުރުން ބޭރު ކަމެކެވެ. މިއަދު އަޅުގަނޑުމެން ފެންނަމުންދާ ގޮތާ ނުލާފާ ތަފާތު ކައުކާ ކާނާއާއި ހަލާކުފުޅިވާ ކާނާއަކީ މަޖުމަޢުން، އެތައް ހާސް އަހަރުގެ ތަރުހަގައި އަދި އެތައް ހާސް ބައްޔެއްގެ މަސައްކަތުން ތަރައްޤީވެފައިވާ އައްޗެކެވެ.

އެންމެ ފުރަތަން މީހުންނަށް ކާނދިރުނުގެ އެންމެ ބޮއްޑުވެރި ގޮތަކީ ރޯ ކެއުން ކަމަށް ގަބޫލު ކުރެވޭތީ، އެތަން ވައްތަރެއްގެ މީރު ކެއުންތައް، ޅިޔަދީ ގޮތުގައި، އެއް ގެއްލެއްގެ ތަރިކަތުގައި ފެންނަނީ އެވެ.

އާންމުކޮށް ކެއުމުގައި ހާލަތުތަކާ ވަގުތުގެ މަދު ހަފްތާއެއްކާ ދުވަސް ހާލަތުކާނަމަ، ކާނގެ ގޮތްތަކުގެ އަޅުހަނކަންފަސް، އޭނާގެ ތަރައްޤީ ބަލާފައި، އަޅުގަނޑުމެންނަށް ދިބެންހުރި އެތައް ރޯ ކާނާއެއް އެއްކާކޮމްޕަނީތަކުގެ ތަފާތު ވައްތަރުގެ އަޒަބުބޭކުރުވަނިވި އާ ކެއުންތައް ވާކައުޖު ކުރެވުނީއެވެ؛ އަދި އެކަން ކުރުމުގައި އާންމު މަނޫ ވަސް ހަމަ އެއާއެކު މުއްސަނދި ކުރާނީ އެވެ. އަޅުގަނޑުމެންގެ އަމިއްލަ އާއިލާ މިސްލެއްގެ ގޮތުގައި ނަގަމާ ހިނގާނެވެ.

ޔަނަ އަދަދުއްގެ ޓެރައިލްތަކަށްފަހު އަޅުގަނޑުމެން ނިންމީ ކާނާއަށް އެޕެކްޗާ މިހުންނަށް މުސްތަޤިއްލު ކަމަށް ދެކޭ ދަނޑުވެރިކަމުގެ ޕާވަރވަކާއި، ފެލްސްއާއި، އާފްރިކާއި، އޯޝަނިއާނުސް އަދި މެކްސިކޯ ކާނާ އެކި މިނުވަރަށް މިލްސްޓާރެއްސް ކަމުދާ ވަރަކަށް މީރު ސަލާދު އުފެދިދާނެ ކަމަކަށް އެންމެ ގަބޫލުކުރާ މަސް އެޅުއްޖަ ވަސް މައްވެ.

އަހަރެމެން ހަނދުމާއި، ފެންސީވެސް، ތިއްކިސް، ބީސް ފަދަ ތަކެތި ޔަނަ ދަނޑުގައި ތަރިކަވެވެ.
ދުވަހެއް ދަދުވަހުއްގެ ތަރަގައި ބީސްއަކަން ދަރުމަން އަހަރެމެން ތަޖާ ދަނޑުން ދާވަހަވެ. ދަން އަޅުގަނޑުމެން މި ދެން ހިއްކައިގެން ތަރި ދޮޅުގަނޑުކާން ނިވާކުރުމުގައި ދިނި ތަނާއިގައި ބަހަނބުކަމެވެ. މި ހާލަތުގައި ބީން ހަތަރު ދުވަސް ވަންދަން ކާލިވިދާނެއެވެ. އަދި ޅިރު، ފަލްނަޖް، ޖީޖަސް އަދި އަހަނިހަން ޔަނަ ކާނާތަކުން އެކުލަވާ ގޮތަނަ ނުވަތަ އެކި ސަލާޖެތަކާ އެކު ވަސް ނަގާލާނަ އެވެ.

އަޅުގަނޑުމެން ސަލާޖެ ތައްޔާރުކުރަން ބޭނުންވާ ވަގުތުތަކުގައި، ހަނދުމާއި، ފެންސީވެސް ފަދަ
ތަކެތި މިންސްޑިނގ-ވޭލިޔަމް މަދުވެރިކަން ފެންވަރުގެއި، އާފްރިކާ ކުރެޗް ފައިން ކޯން ގެރޯޗް ކުރަމުވ

ގްރޫޕަރ؛ ދެން އަހަރެމެން ވަކިއަކުން ކިޔުއްކަމްބާ، ޓޮމާޓޯ އަދި ފިޔާ ތުނިކޮށް ކޮށާފައި، ފެހި މިރުސްއާއި އެތައް ވައްތަރެއްގެ ފެހި ތަރުކާރީ ކޮށާލީމެވެ.

އަހަރެމެން މިހާރު އެ ހުރިހާ އެއްޗެއް އެއްކޮށް އެއްކޮށް ރޯ ޖަހައިބޫނި ގެލާއި ގޮތާ ފުނބާ ކުޑަކުރުމަށް ސްޓިރިންގް ފްރައި އެއް އަދާކުރީމެވެ. އަދި ވިޓަމިން ބީ، ޖެހިލުން، ގޮތަބީ، އަދި މިޝްރޫމްތަކުގެ އެއްޗެހި ފަސް އަދާކުރީމެވެ. މި ބާވަތްތަކުގެ ނިސްބަތުން މިންވަރު ބިނާވެފައިވަނީ ވަކިވަކި ރަހަތަކުގެ މައްޗަށެވެ. ހަނި މޫސުމުގައި މިފަދަ ސޯސްތައް އެހެނިހެން ކުރުމަކީ ހިތްގައިމު ކަމެކެވެ.

މި ސޯސްތައް ތައްޔާރުކުރާ ގޮތް އަސާސީގެ ގޮތުގައި ނަގައިގެން، ސޮފްޓުކޮށް، ބެހިއުސް، އޮބަރީޖިން، ޕީޓަރުބް އަދި އެންމެ ފުރަތަމަ ހުރިހާ ބާވަތްތައް ފެހި ބާވަތްތަކާއި އޮއިލް ތަރުކާރީ ބޮޑެތި ކޮޅުކޮޅުކޮށް ތަކެތި ރަހަތަކާއި ސިފަތަކުގެ ގޮތަށް ސޯސްތައް ތައްޔާރުކުރެވެނީއެވެ ، އަލުގަނޑުގެ ތަރުކާރީ ބަޔަކާތަކުން ލިބޭ ކޮޅުގެ އެއްކޮށް ނަހަމަވެސް، ސޯސްތައް މިއުއްމު މައްދާތަކަކީ ދަނޑުވެރިކަމުގެ ބާވަތްތަކާއި، ޖެހުނު އަދި އެހެނެހެ.

މި ސޯސްތަކަކީ ހުރިހާ އިންސާނުންގެ އަސާސީ ކާނާއެކަން ވާންޖެހޭއެވެ. މުއްސަނދިންނާއި ފަޤީރުންނާ ދެމެދުގައި ވެސް އެންމެ ފުރިހަމަ ކާނާ ކަމުގައިވާ މި ނިއުޓްރިޝަނަލް ސިއްހަތަށް ފައިދާހުރި، ވަރުގަދަ، ހިތްހަމަޖެހޭ، ކާނާ ޕީނަ އަދި އަޅުގަނޑު ނިއުޓްރިޝަނަލް ފައިދާތަކެއް އެކުލެވިގެންވާ ނިއުޓްރިޝަނަލް ކާނާއެވެ. އެއީ ދިރުމަ އަދި ދުވަހުގެ ދިރިއުޅުމަކަށް ބޭނުންވާ ހުރިހާ ކަމެއް ހިމެނޭ ކާއުމެކެވެ. އެއީ ހުރިހާ ބައްޓަން ދުނިޔޭގެ ޗިލިވާސިއްޔާ ބޭނުން ސިޓީއާއެކު. ކުޑަކުދީން އިސްކޫލު މާއްދާތަކާއި ފިހިހުނުއްގެ ދުވަހުގެ ބޭނުންތައް ފުއްދައިދިނުމަށް، ހަމައެއާއެކު ކޯސްތު ބާވަތްތަކުގެ ބައްޓަންކުރަން އެންމެ ރަނގަޅު ރަހަތަކާއި ހުދުމަސް ފުދޭވަރަކަށް ފުދެއެވެ.

ވަކި ބާވަތްތަކުގެ ނިސްބަތުން އަޅުބޭނުމަކަށް ރިޢާޔަތްކޮށްގެންނެވެ
ފެންބޮޑުގައި މަދު މާލަތުގެ ތަރައްޤީން ބައެއް ލިމުން ހިނގާ ގޮތުގައި ރޯ ކުއްލި އެތުރުން ތަންތާނގައި އަޅުބޭނުމަކުން ސާފުތަކުން އެވެ. އެލިމުން ތަސްވީރު ކުރަސް ރޯ ކަ ލިމާ ހުލި އަހަރު ދުވަހު ތަޖާ މާއާ ދެން ސޮރުން އެހެން އެއްކޮށް ކާނާ ނުޖެހޭނެ ކަމަށެވެ. ލިއީ، ހަމަހަމަޖެހުމުގެ، ތަފުސް ދޮރުށެވެ. ޕްލަމް ލިންވަރަކުން މާވަ ޖަހައިގެން ބޮޑު ކަރުމަތް ނިސްބަތާ ލިއުން ފަސް އުޅު އެވެ. އެފަދަ ލިއުން އެ މާވާ ކަރުމަތީ އެންމެ ދުރުގެ ބޮޑުމިނުކުރާ ރޮއިލީގެ ބައެއް ކަރުމަޅުވަރަށް (އެކަމަކު ހަރުފުގެ ރޯ ސިފައިގައި، ހަމަހަމަޖެހުމުގެ) އެލިމުން ފުރިހަމައަށް ހިތްހަމަޖެހުނެވެ. ލިބޭގޮތް ކަންތައް ކުރުމުގެ ކަމުކާފައި ހުންނަ ކާނާއާއި ސައިއާއި ޕާސްޓީ އަދި އެހެނިހެން ހުރިހާ ބާވަތްތަކުގެ ޖެހެންޖެހޭ ވަރުގަ ކާވަރު ތަކަތި ތަރުކާރީތަކުގެ ހަރުދާނާ އުނދަގޫ ވެސް ސަލާމަތް ކުރެވެނެއެވެ.

އަހަރުގެ ހުރިހާ މުސްލިމުންގެއި ވެސް ވަރި ކާނާތަކެއް ކަމަށްވާ ހަނދުވާއި ފޮނިބަތް އާއި މުރަކަ ތަރުކާރީ ފަދަ ތަކެތި ހުންނައިރު، އެ ބާވަތްތަކުގެ އަގުތަކަން ކުރެވޭނެ އުފުލިގެން އަންނަނީ އަހަރުގެ ހުރިހާ މުސްލިމުންގެ އެވެ. މީގެ އިތުރުން، މުސްލިމުގެއި ހުންނައިރު ތަޢާ ގާތްތަކުގެ ފައިދާ ނަގާފައިވެއެވެ؛ މިގޮތުން، މުދައްދަނީ ޕިނައިން ހުންނައިރު އަދުގަނޑުގެން ޕިނައިން ކާނާ ހުރަނީ މުދައްދަނީން، އަދި އެގޮތަށް އަނބު އަދި އުހަނިހަށް ގާތްތަކުންނެވެ.

ވިންބަރުގައި ގުދުރަތީ ގޮތުން ހިލޭމިލާ އެތައް ފައްތަރުއްގެ ގާތްތަށް ފީނި ފެންގައި ތެމި، ރޯދަބޭކަން ބަދަލުކޮށް، ވަރަށް އުފާވެރިކަމާއި ހެޔޮލާބަސް ދީފައެވެ. މި ރޯދަބޭކަން އަރުގަނޑުގެން ބައްދަލުކޮށް، ޕިސްޓާޗިއޯ، ސްޓްރޯބެރީ ވިލާ، ކާޅުވާ ނުވަތަ ފެހިވާ ފެއްޓެމު ފަދަ ތަކެތި އަޅާފައެވެ. ރޯދަބޭކަނީ އަންގެ އިތުރިބާވުރު އަދި ހަމައަށާއިދުވީ ވިންބަރުގައި އަންގެ ހިތްގައިމު ކާނާއެވެ.

ފޮނިބަތް، އަރުމަންޓެސް، ޕިސްޓާޗިއޯސް އަދި ހެޔޮލާ ނަބޮސް ގުދުރަތީ ހާލަތުގައި، އުހަން ހިލޭ ގާތްތަކާ އެއްކޮށްގެން ކެއުމުގެ އިތުރުން، ޑިޒާލައިގެން އެއް ގޮތްގޮތަން ބާނިން ކުރެވިދާނެ އެވެ. ރޯ-އިބެރޯގެ އަންގެ އުފާވެރި ގޮތްފޮށްޓަކާ ފޮނިބަތް، އަރުމަންޓް ނުވަތަ ޕިސްޓާޗިއޯގެ "ހަލުވާ" ނުވަތަ ފޮނިސް މަހެވެ. މީއި ކުރިކުރިކޮށް، ރަހައަށް ކަރުރު، ފެނިލާ ނުވަތަ ޖެހިރަން އާއި އެކު ރަހަ އަލަވައިގެން ކުރިކުރި ކުރިކުރި ކުރިކުރި ކުރިކުރި ކުރިކުރި ކުރިކުރި ތަކަކަން ކާހާގައި ހުންނަ ތަކެތި. މި ހަލުވާ އަންގެ ރަހަ ކާނީ އެކި ފަދަ ތަރުކާރީ އާއި އެކުގައެވެ. އެއީ ލޯބިއަށް ފަހެއްގެ ތެރެއަން ލުއިފި ސްޓޯފިލެއްގެ ގޮތުގައި ކާލެވިދާނެ އެއްޗެކެވެ. ތަޢާ ލޯނަބ ޗޫހާއި އެކު ފެނަކީ ކުޅަކުރިންނަން ދިފާނެ އަންގެ ރަނގަޅު ބައިމަވެ.

ނިންމާލުމަށް އަޅުއްކާފައި ޔޫރަންތެރިޔާއަން ހަނދާންކުރަނިން މުޅިންމު ވަރަށް...
އަބުދުވެސް ވިސްނަންޖެހޭ މުޅިން ހާލަތުކަމެވެ. ރޯ ކާނާ ކުއްލިން އެޗްކެބްވާ މިއުންނަން ތަފާތު ގޮތްގޮތުން އުފައްދާ ކާނާތަކުގެ ކުރިމަތިލާ، ރޯ ކާނާ ކުއްލިން އުފައްދާ ކާނާ ތަނދުރުސްތު ނިންމުމުގެ ތެރޭގައި، އެ ކާނާ ބަލިކަށި ކާނާގެ ކުރިމަތިން އިރުގަސްޓް ކުރުމަށް ހުރި ދުވަސްތައް ހިމެނެއެވެ. ރޯދަ ހިފެހެއްޓުމަށް ރަގަޅުކަމުގެ ތެރެއިން ވިތާމިން ސަލާމްތިކަމާއި ހުޅަނގުގެ ހުރިހާ ގޮތްގޮތުގެ ކާނާ ހަމައަކަމުގެ ކަމެއް ކަމުގެ ކުރިއަށް ބާރުއަޅާފައެވެ. ދުނިޔޭގެ އެކި ހިސާބުތަކުގައި ފަހަރު ކަމެއް ވެސް ނުވަތަ ކަމުގެ ކުރިމަތިން ހިތަށް އަރާ ތަޢާ ކާނާތަކުގެ ކުރިއަށް ދާން ހުރިއިރު، ރޯދައިގެ ތެރޭގައި ހިނގާ ކަމެއް ވަރަށް ފަހު ހަމައެވެ. އެހެންކަމުން ކަމަކީ ކާނާ ބަދަލު ފަހުން ރޯ ނިމުނުބޭހެއްގެ ކުރިން ބަދަލު ކުރުމަށް ދިމާވާ ކަމަކީ، އެ ނިޔަތެއް ވަރަށް ބޮޑު ވަސީލަތެއް، ފައިދާ ހުރިހާ ނަތީޖާ އައްސަލާމުގެ ވަސީލަތެއް ނިންމިދާނެ އެވެ.

އެމީހުންގެ ނުތަނަވަސްކަމުގެ ފުރުވާ ދިރުމުގެ ރިއެކްޝަންތައް ނޫން އެހެން އެއްޗެއް ނޫން ކަމަށާއި، އެމީހުންނަށް ދައްކާ ދެކޮޅުވެރިކަމުން އެމީހުންނަށް އެނގޭ އަދި ނޭނގޭ ހުރިހާ ބަލިތަކުން މިނިވަންވެވޭނެ ކަމަށެވެ.

އެ ނުތަނަވަސްކަމުގެ ތެރެއިން އެންމެ ދިގުދެމިގެންދާ އެއްޗަކީ، ހަމަގައިމުވެސް، އެކަމަށް ކުރާ ޝައުޤުވެރިކަމެވެ ކައްކާފައި ހުރި ކާނާއެވެ. ނަމަވެސް އަބަދުވެސް ވިސްނަންޖެހޭ ކަމަކީ، މިފަދަ ހާލަތްތަކުގައި އިހުސާސްވާ "ބަނޑުހައިހުންނަކަމުގެ" ބާރުތައް އުފެދުނީ އާދައިގެ ނުވަތަ ދުޅަހެޔޮ ސުލޫކުގެ ނޫން ކަމަށާއި، ނަމަވެސް ހަމަކާލުފަށައިވާ، ބޭކާރު އަދި ހަރަކާތްތެރި ނުވާ ސުލޫކުތަކާއި ހަނިގަނޑެއް ޖަމާވެފައިވާ ވިހަތަކުން ކަމަށެވެ. އެހެން ގޮތަކުން ބުނާނަމަ، އެ ޖަރާސީމު އިސްތިޢުމާލުކުރާ ހަމަ ބަލިގެ ސަބަބުންނެވެ. އެހެންކަމުން، އެ ވިހަތައް ނައްތާލުމަށް، އަޅެ ނަތީ ސުލޫކުތަކުގެ ޚާއްސަ ސަމާލުކަމެވެ، އެކްޓިވް ސުލޫކުތަކުގެ ބަދަލުތައް ކަމުދާގޮތުން ބޭނުންކޮށް، ހުރިހާ ނިއުމަތަކުން އެއްފަހަރު ދަތުރުކުރެވޭނީ ހަމަ އެ "ބަނޑުހައިހުންނަކަމުގެ" އިހުސާސް ތަރައްޤީކޮށް ދެމެހެއްޓުމުގެ ދަތިތަކާ ދިމާވާނެ ކަމެވެ. އެ "ބަނޑުހައިހުންނަކަން" ކޮންމެ ގޮތަކުން ކޮންމެ ފަހަރަކު ބަލިތަކުން އަޅުގަނޑުމެން ބަލިވެފައިވާ ކަމުގެ ބާރު ބަހައްޓާ ތިބުމަށް ކުރާ މަސައްކަތުގައި ހިތްވަރު ކުރިއަރާ ބޮޑުކަމެވެ.

ތެހެރާން، 1963

*** .

ދުވަސް ބައި

ދަ ކޮންސްޓިޓިއުޝަން އޮފް ދަ ހިއުމަން ޕާސަނަލް

މިޒަމާނުގައި އަޅުގަނޑު ވާހަކަ ދައްކާ މައުޟޫޢުތަކީ ހުއްބު މައްސަލަތަކެއް ނޫނެވެ. އެއީ މުޅި އިންސާނިއްޔަތަށް އަސަރުކުރާ ސުވާލުތަކެކެވެ. އެއީ ހަރިގަނޑު ހުންނަ އަދި ދިރިތިބި އެންމެހާ އަސަރުކުރާ ކަންކަމެވެ؛ އެމީހުން ކަންބޮޑުވާ އަނގަ ހުރި ކާ ހުރިހާ އެންމެންނަށެވެ. އެއީ އަޅުގަނޑު އަބަދުވެސް ކުރަމުން އައި ކަމެއް ހުރިހާ މަސައްކަތެއް ކުރަނީ، ހާލުގައި ޖެހިއްޖެ ގޮތުން ވަރަށް ބޮޑަށް މަސައްކަތްކުރަނީ، އަޅުގަނޑުގެ ނިޔަތަކީ އިންސާނުންގެ ފިޒިކަލް ހާލަތު ބަލައިލުމެވެ. އަޅުގަނޑުގެ ހަށިގަނޑު ބޭނުންކުރުމަށް، އަޅުގަނޑު ބޮޑުކަމަށް ނުވަތަ ދަޅަކަމުގެ ހާލަތު ބަލާ ހަކަތަ ތަފާތުވާ އެކި ނިޒާމުތައް ވޭނުގެ ޕޮއިންޓެއް ހޯދުމަށް ދިރާސާކުރާއިރު، ހުރިހާ ދައުރުތަކެއް ކަމުދާ، އިންސާނީ ދުނިޔޭގެ ހާލަތު ބަލައި ބަލިތަކާ ގުޅިގެން ބޭނުންވާ އަޅުގަނޑުގެ ހަޔާތުގެ ދުވަސްތައް ދިރާސާކުރާ ހިސާބަށް ފޯރަން ޖެހޭ މަޢުލޫމާތު އިހުސާސްކުރުމަށް ބޭނުންވާ އެއްޗެއް ޖެހިގެން އޮތް ކަމެވެ. އަޅުގަނޑު ހުރިހާ ތަރައްޤީވެފައިވާ ދުނިޔޭގެ ދުވަސްވަރުތަކުގެ ޒަމާނުގެ ތަރުތީބުތަކާއި، އެސޯސިއޭޝަން އާއި ބެހޭ އެންމެ ބޮޑު ނިންމުންތަކެވެ

ތަޖުރިބާ، އަދި ދުނިޔޭގެ ކޮންމެ ކަނޑެއްގައި ހުރި ކޮންމެ 'ފުރުސަތަކަށް ވެސް ފަސޭހައިން ބަސްބޮކޮށް އަމިއްލައަށް
ތަޔާރުކުރެވޭނެ' ތަޖުރިބާއެކެވެ.

ހަޔާތުގައި ރޭ ކެއުމުގެ ތަބަޅައްޕުޅަޔާ ސޯދާ ދީ ޖެހުމާއަކަށް ހުވާބޮ ކުރެވޭ ފަރަށް ސޯދާ ތަބަޅައްޕުޅުކެވެ: އިންސާނާގެ
ހަނިހަމަ އުފެއްދި ފަރާތުން ވެސް އެއަށް ގޮވާ ރޭ ފޮނިރައްޓަށް އުފެއްދުމާއި ފެށިގެންވެއެވެ؛ ޝައުޤުވެރި، އެ ރޭ ފޮނިރައްޓަށް ދުރުން
ހަނިހަމަކޮށް ފުރިހަމަކަމާއި ހުރިހާ ދުވަހު، އެއަށް އައްވަސް ގައުމުގެ ނުދީ، އިންސާނާގެ ޖަޒުބާތުގެ އެއްވެސް ބައްދަލުކުރުން ބޭނުންވާ ދުވަހު
އުމުރު ފުރިހަމަ ކުރާނެއެވެ.

އެ ދީ ޖެހުމުގެ ހަޔާ މާދަ ވިސްނައި، އެއަށް ބޭނުންވާ ވިސްނުމާއި ރިޔާޟަތުގެ ދަށުތަކަށް ސާފު ވިސްނުން ހުރި ކޮންމެ
މީހަކުވެސް މިއަދުގެ އިންސާނާގެ ނިއުޓްރިޝަނަލް ނިޔާމާއި ކޮންމެ ރިޔާޟީ ހާލަތުތަކުގައި އާދެ ކަމެއްކަން ފަސޭހައިން
ދެނެގަތުމަށެވެ. އަދި ވާތަވެރިއަށް ޒަރީއާތަކާއި އިންސާނުންގެ ބަލިމަސް ދުވާލަށް މަސައްކަތްކުރެވުމުގެ ދާއިރާއިން
ފުރިހަނދުނަށް ތާޒާކުރާ އަދި ނުރައްކާތެރި ވަސީލަތްތަކަށް ރިއާޔަތްކުރުމާއި ކަމުގައިވާކަން ވެސް އަންގައިން ހަމަ އެގޮތުން ފަސޭހަކަމާއެކު
ފެނުނެވެ .

އަހަރުމެންގެ ވަނުދުން ފުރުވާތެރިކަމާއެކު ޢިލްމުވާއި އަސާސީ އަމިއްލަ ތަޖުރިބާއަށްފުރު މިއަދު އަޅުގަނޑު...
އެއްވެސް ޝައްކެއް ނެތް ގޮތުގައި ނިއުޓްރިޝަނުގެ ގުދުރަތީ ނިޔާމަކީ އިންސާނުން ހުރިހާ ބާވަތްތަކުގެ ބަލިތަކުން މިނިވަންކުރުމާ
ނިޔާމެއް ނޫން ކަމަކާއި، ކޮންމެ އިންސާނަކަށް ވެސް އަމާންކަމާއި އުފާވާއި އަރާމުތަކުން ފުރިހަމަ އަޤީދާ ކުރުވަނިވި ދިރުމަ
އުމުރެއް ލިބިގެންދާ ކަމެކެވެ.

މިއަދުގެ ދީނާގެ ދިރިއުޅުމަކީ ގެނާ ނުވާވާ ވަރުގެ ފާހަގަކާއި އެޖެލްޝަންތާއި ފާހަގަކުގެ ވަސްވާސް ޖެހިފައިވާ ބިރުވެރި
ހުވަފެންކެވެ. ހަމަކަށަވަރުން، އިންސާނާގެ ހުރިހާ ނުބައިކަމެއް ފުރިހަމައަށް ބެހެއްޓުމަށް ކުރަމުންދާކަމެއް، ދުނިޔޭގެ ކާނިދިނުމުގެ ގޮސް
އާދަވައް ތަފްސީލުތަކެއް ގެނެވޭއެވެ، ދުނިޔޭގެ އަހުލުވެރި ނުބައި ކާރޫބާރު މިނިބާކޮށް ފާހަގަކަން، އެންމެ ފަހުން އެއްގަޅަ އިތުބާރު
ކުރުމަކާއި އެކަމް ހާސް ޖަވާހުއްޓަ ފުރިހަމަ ކުރަން ޖެހޭހުއްވެ އެއް ނުބައިކަމަކާ ކުރުމުގެ ވަސީލަތްތަކަކީ ކުރުމުގެ އަލިއަރި
ޢަޤީދާ ވަސީލަތްތަކެވެ. އެކަމަކު އަހުލުވެރިންގެ ކުރިމަތީގައި އޮތް އެންމެ އިން މައްސަލައަކީ ކޮންމެ ފުރިހަނދާނާތަށް ބަލިބައި
އުޅެނީވާ ގޮތާ، އެ ބަލިބައި އެއްޗެހި ނައްތާލުމުގެ ރަޖާ ގޮތް ގޮތާ ކާބައިކަން ސާފުކޮށް އަނގައެވެ.

ފުރަތަމަ ކަމަކަށް އަހުލުވެރިންގެ ޖަވާބުދާރީ ހުންނަނީ ޞިއްޙަތަކަށް އަނގައިން ޖެހުމެވެ
ކޮންސްޓިރަކްޓިވް ކޮންމެހާ ގާތަކީ ނިއުޓްރިޝަން އަދި ކާބައިކަން.

އަޅުގަނޑުމެންނަށް އެނގޭ ގޮތުގައި އަޅުގަނޑުމެންގެ ޕްލެނެޓްގައި ދިރިއުޅޭ ދިރުން ފުރަތަމަ ފެނިގެން ދިޔައީ އެއްސެލްގެ ޖަރާސީމުތަކުގެ ސިފައިގައެވެ. ފަހުން އެ ވަކިވަކި އެއްސެލްއުލަރ ހަރިގަނޑުތައް ގުޑިގެން އެކި ގްރޫޕްތައް އުފެދި، މަލްޓިސެލްއުލަރ ޖަރާސީމުތައް އުފެއްދުމަށް މަސައްކަތް ކުރިއެވެ. ވަގުތު ފާއިތުވަމުންދާ ވަރަކަށް މިދު ސެލްތަކުގެ ފުރަތަމަ އެއްބާރުލުން ތަރައްޤީވަނީ އެތައް މިލިއަން ސެލްތަކުގެ ދިޔާ އެއްކޮށް އުފެންވާ މިންވަރަކުންނެވެ.

ކޮންމެ ވަކިވަކި ސެލްއަކީ އޭގެ ޖާތުގައި ކޮމްޕްލެކްސް ޖަރާސީމެއް ނަމަވެސް އެފަދަ އެއްޗެކެވެ. ޖަރާސީމުތަކުގެ ތަރައްޤީގެ ތަފާތު މަރުޙަލާތައް ހުރެއެވެ. އެންމެ އާސާސީ ޔުނިސެލިއުލަރ ޖަރާސީމުތަކަކީ އެންމެ އަދިމެންބަރު ސްޓްރަކްޗަރގެ އެމީބާސް ތަކެއް ކަމަށާއި، މިއީ އެއްވެސް ކަމެއް ފާހަގަކުރެވޭ ބޮނޑުމެއް ނެތި ފެނުގައި އުޅުމުން ދިޔަ ޖަރާސީމުތަކެވެ. އެމީބާގެ ހަމައެކަނި މަސައްކަތަކީ ކާނާ ހޯދުމާއި، ކެއުމާއި، ހަޖަމުކުރުމާއި، ދެ ބައިކަމަށް ބައިވުމުގެ ސާދާ ޕްރޮސެސްއިން ގިނަވުމެވެ.

އެމީބާގެ އާދައިގެ ހަޖަމުކުރާ ގުނަވަންތަކަށް ހުރިއިރު، އެ ގުނަވަންތަކަށް ވަގުތު ފާއިތުވަމުން ދިޔަ ވަރަކަށް މަޝްހޫރުކަން ތަރައްޤީވަމުން ދިޔައެވެ. ތަރައްޤީގެ ފަހު މަރުޙަލާގައި އެސޮފެގަސް ގްރޫޕްވެ ހިސާބުގެ ޖަރާސީމުތަކެއް އުފެދިގެން ދިޔައެވެ. އެހެން ގޮތަކަށް ބުނާނަމަ، ގެޓެކްސް އިންޓިގްރޭޓެޑް ސިސްޓަމެއް ނަމަވެސް ދިރިއުޅުން ދުނިޔެޔާއި، އެއްބާރުލުން ދިނުމުގެ ދިރިއުޅުމަކަށް ފާއިތުވެގެން ދާއިރު، ކޮންމެ ސެލްއަކަށް ވެސް ޖަމާޢަތުގެ ހަރަކާތްތަކުގެ ޚާއްޞަ އުސޫލުގައި ވަކި ވާޖިބެއް އަދާކުރެއެވެ.

ޕްރިމިޓިވް އިންސާނާގެ އިންޓެލިޖެންސް ދިރިއުޅުން އަވާއިލްއިރު، އޭނާގެ ކުރިން ޢަނބަކަން ވާހަކަ ދައްކާލުމަށް، މިއަދުގެ ބޮޑު ފެއްދުމުތަކުގެ ކޯ-އޮޕް ދިރިއުޅުމާ އެކު، ވަކިވަކި ގްރޫޕްތަކުގެ މީހުން ގުޑިގެން މަސައްކަތްކުރާ ޤަބީލާ ފާހަގަކުރެވެއެވެ. އެކަމަކު މިއަދުގެ އަޅުގަނޑުމެންގެ ކުރިއަރާފައިވާ މުޖުތަމަޢުގައިވާ ޕްރޮސެސް، އަޅުގަނޑުމެންގެ އާދަޔާހިލާފު ޖަމާޢަތުގެ ވަސީލަތް ކާބަފައިން ހިންގާ ކަންކަމަކަށް ބަދަލުވެ، ފެކްޓަރީ، ޕްރޮސެސިންގ އަދި ޓެކްނިކަލް ސިވިލް ސަރވިސްތަކުގެ ފަރާތުން ފަރުމާކުރެއެވެ. ނަމަވެސް މިފަދަ މަޒްހަބުން އުފެދިފައިވާ އާދަތަކާއި ހިމާޔަތް ހުށަހެޅިގެން އަށަގެންނަން ދިނުމަށް އެކުލަވާލެވިފައިވާ ޤާނޫނުތަކަށް ޖެހިގެންނެވެ.

އިންސާނާގެ ހަރަކާތްތަކުގައިވެސް ހަމަ މިފަދަ ކަންތައް ވެއެވެ. އިންސާނާގެ ހަރަކާތްތަކުގައި އޭގެ އެކިއެކި ޖަމާޢަތްތަކާއި މުއައްސަސާތައް ހުންނައިރު، އެ ޖަމާޢަތްތަކަށް ޚާއްޞަ ވާޖިބެއް، ދީނީ، ޤާނޫނީ، ނިޒާމީ، އަދި މިންގަނޑުވެސް. އެ ދުނިޔަވީ ޖަމާޢަތްތަކާއި ނިޒާމުތަކުގެ އިޤުތިޞާދީ މަސައްކަތްތަކަށް ކުރިއަށް ގެންދިޔުން ޒާތީ ސަރުކާރު ވަކި ގްރޫޕްތަކުގެ އެއްބަސްވުމާ ކުރާ މަސައްކަތްކުރެވިފައިވެއެވެ. ޝައުޤުވެރިވާ ކަމެއް މި ޒާތީ ސަރުކާރުތަކުން އިންސާނާގެ ވަކި މަސައްކަތްތަކުގެ ޒާތީ އާބާދީތަކުގެ އެހީގައި އަމާޒުކުރާ ކަމާއި...

ބޭރުގައި ހަދާފައިވާ ސާމާނު؛ އޭގެ ބަދަލުގައި އެއިން ކޮންމެ އެއްޗެއް އަމިއްލައަށް ބަދަލުވެފައިވަނީ، އޭގެ މުޅި ސްޓްރަކްޗަރ މެދުވެރިކޮށް، ވަރަށް ކޮމްޕްލެކްސް ފޯމްޖެހިއަކަށެވެ.

މިގޮތުން ކިޔެނީ އުފެދެނީ ސެލްތަކަށް ހާއްސަ ޖެނެޓިކް އަދި ފިޒިކަލް ސާމާނު ލިބިފައި ވެއެވެ. ގްރޫޕްސްތަކުގެ ސެލްތަކުން އިންޓަރސެލިއުލަރ ފްލުއިޑް ބޭނުންވާ ރެ މެޓީރިއަލްސް ނަގައި (ކައްކާ ކާނާގައި ރެ މެޓީރިއަލްގެ އަސަރެއް ނެތް) ގްރޯތްތަކަށް ބަދަލުކޮށް، ހަރުގަނޑެއް ފްރޭމްވަރކްތައް ހަދައި؛ މަސްތަކުގެ ސެލްތަކުގައި ހަރުގަނޑުގެ ހަރަކާތްތައް ކުރުމާއި، ބޭރުގެ މެކޭނިކަލް މަސައްކަތްތައް ކުރުމަށް ފެށުމާއި ފުރިހަމަ ކޮންޓްރެކްޝަނުގެ ޚާއްޞަތަކެއް ހުރެއެވެ؛ އަންނަ ފެހުން ނާރު ސެލްތަކަށް ބާރު ލިބޭނީ ޑިޔާސެލްތަކުގެ ފައިބަރުތަކުން ކަމަކާއި އެ ފައިބަރުތަކުގެ އާލާގައި ސިގްނަލްގެ އަމުރުތަކަށް މުޅި ހަރުގަނޑު ފްރޭމްވަރކްއެވެ.
އެހެންކަމުން އިންސާނާގެ ހަރުގަނޑު އުފެދޭ ކޮންމެ ސެލްއަކީ ނިޔަލަވިލަތައް އިސްތަރިގަނޑާއި ކަރިތަކާއި މަސްތަކާއި ގްރޫޕްސްތަކުގެ ސެލްތަކުން ފުރިގެން ސިގްނަލްގެ ސެލްތަކާ ހަމައަށް އޭގެ ވެޖިޓަބަލް ތަރުތީބު ވަނީ ސްޓްރަކްޗަރއެއްގެ ކޮމްޕްލެކްސިޓީއެއް ފޯމްޖެހިއަކެވެ.

ޝައުކުއްވެސްނެތްކަމުގައި ފުރިހަމަ ނަމަ ވަރަށް ޝައުޤުވެރިވެސް
ސެލްތަކުގެ އޮނިގަނޑާއި އެ ސެލްތަކުގައި ހިނގާ ހުރިހާ ހަރަކާތްތަކާއި ޑްރާސްޓިކުތަކުގެ ޖަލިއަތް އެނގުން. އެކަމަކު ކޮންމެވެސް މުޖުތަމަޢުގެ ސަބަބުން އިންސާނަށް ސެލްތަކުގެ ފޮރުވިފައިވާ ހުރިހާ ސިއްރުތަކާއި އެތަކެއްޗެގެ ތަފާތު ވަޒީފާތަކަށް ވަދެވުން ނަމަވެސް، އެކަންކަން ބައްޕަކުރަމުންދަނީ ހަމައެކަނި އެތައް ހާސް ޖީލާއި އިރު ދުވަސްވުމުން، އެތައް މިލިއަން ޖީލުސާއުއް ފުރިހަމަ ކުރަން ޖެހުނެވެ ލިބުނުއިރު ހުރިހާ އެއްޗެއްގެ ކުރެވޭ ވިއުގައެއް ހެދުން.

ބައެއް ބޭނުމެއް ހުރި ދައުރު ފާހަގަކޮށް ހިލޭގައި އިންސާނާ
މިހިރާ ކަންކަމާ ބެހޭގޮތުން ޖަޒީރާގެއިވެސް ވަރަށް މަދު މައުލޫމާތެއް ލިބިފައިވެއެވެ. ކިޔުވުމުގެ ކޮންމެ ކުރިއެރުމަކާއެކު އާސާއަށް ޒާތުން ބަރުވަސް އިލްމަށް އަރިވެސް އާސާއަށް ފާހަގަވެފައި އާދެ އެއްޗެއްގެ ނިމުމެއް ނެތް ބައެއްކަން ދެވަނަ ދެވަޙަތު ޑީބީ ޚުލާޞާސް ޖެހުނެވެ. ނަމަވެސް ފެންނީ މަދު ކާމިޔާބީތަކެއް މަސްތުވެގެން މިއަދުގެ އިންސާނާ ތަޖުރިބާ ކުރަމުން ގެންދާ ހިލޭ ފުރިހަމަކަމުގެ އެންމެ މަތީ ދަރަޖައެއްގައި ކަމަށާއި އެއްވެސް ދުނިޔޭގެ ކަރަހަށް ނުވަތަ ހުރަހެއް ނެތި މުޅިޖަގަތުގެ ސެލްތަކުގެ އެ މުޅިޖަގަތު ކަމަށްވާ އިންސާނީ ޖަރާސީމަށް އާސާގެ އިމުތިޔާޒުގައި ތަޖުރިބާ ކުރެއެވެ. ހަމަގައިމުވެސް އާސާއަކީ ސަރުކާރު ފުރިހަމަ ފޯރުކޮށްދެއްވުން އެއް ކަމެއް އެންމެ ބޮޑުވެރި ކަންކަމުގެ ޖެހިއާއިނަށެވެ

ކޮންފަރެންސްތަކާއި އުއަންދުވަރު ބިރުފެރި ވިރަޓަކުން އޮށާ އެ ޖަރާސީމުގައި ފެނިފައިވާ އުފަންދުވަހު ބަހަސްކުރުމަށް ކުރިމަތިލާ ނިކަމެތި މާލަ ބަޖެޓްރިބާބަކާއި ކުރައްވާ. އެހެނީ ހަމަކަނަވަރުން، ބަޖެޓްރިބާބަކާއި، ބަޖެޓްރިބާބަކުން އިބްރު ބަޖެޓްރިބާބަކުން މިހާބަނަން އެއްފަސް ކަމެއް ކުރުވިފައެއް ނުފެއްވެ. މިގެ އިބްރުން އޭނާ އެ ބަޖެޓްރިބާބަކުން ކުރައްވަނީ ހަމައެކަނި ދިރާއީ ބާރު ނަބް ނިކަމެތި ޖެހުނުވާރުބަކުގެ މައްސަލަ ނޫނު ކަމަނާއި، އޭނާގެ އަމިއްލަ ހަރަކާތްތަކަން، އޭނާގެ ފާޅުވާ ދެރިނުގެ މައްސަލަ، ހުރިހާ އިންސާނުންގެ މައްސަލަ. އޭނާގެ މަޤްބޫލު ހާލަތުގެ ކުޅަދާނަކަމަކުން އަހަރެން މިޔަސް އޭނާއަށް ނުފެނުނެވެ.

އެކަމަކު އަޅުގަނޑުމެން އަބަދުވެސް ވިސްނަންޖެހޭ ދޫކޮށްލުމުގެ ހަޔާތަކަށް: އާދައިގެ ގޮތުގައި މަސައްކަތްކުރާ ޚަރަދު މަޢުލޫމާތު ނަމް މިހަކު ދުވަހަކުފަސް އެ ދޮޅު މަރާމާތު ކުރަން ނުޖެހޭނެ، އަޅުގެ އާދައިގެ ގޮސް ހަރަކާތްތަކަން މުދި މުޅިނދުގެ ބަރަބިޖު ގެއްލުންދެނިވި އެވެ. މިއަދުގެ ސަޤާފަތްތެރިން އިންސާނުގެ ޖެހޭތިމަން ކުރާ ބައިވެރިބާކަމް އަލާމާތައިބަރު، ފުޅުބިރުއްގައި މަދު ދުވަސްކުރަދު މަސައްކަތް ކާކުފައި، ކޮށް ވެންޑަރި ރިޢާޔަތާއި އަލަސް އެއްކަމަކަން މަސައްކަތް ކުރާ މަސައްކަތް މިހާގެ ބޭއްދި ނޫނު އަމަލާ އަލާމާތު ގޮވާލާފައެވެ.

ސިރިއަސް ބައްޔެއްގެ ހާލަތުގައި ޝިފާ ދޭ މިހާރަކީ އަބަދުވެސް ގުދުރަތީ އެއްކަމެއް ނަމަވެސް އެ...
ފަރުވާ ނިސްބަތުން ރުޅިވެރި ބޭހުގެ ފައިދާއަކަށް ކަމަނާއި، ބޭސް ދިނުމުގެ ސިފަ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން ބަލި މަރުވާ ކޮށެއް ނަމަ އެކަމް ހާލަތުގައި މަރު އަބަދުވެސް ނިސްބަތުން ރުޅިވެރި ބަލިގެ ގުދުރަތީ ދަތުރުކޮށެވެ. ފެހެގޮތްކޮށް ޖެހޭ ކަމަކީ ދިގުދުރުގެ ނަތީޖާ ބަލިގެ ކަތިމަކުން، އެސްޓިފައިގެ ގޮތުން، ހާލަތު ގޮސްވީ، ޖެހޭނުމަކުން ގައިލާން ދިގު ކަމެވެ.

ދަރުން، ފިރިހެނަކު އޭނާގެ ގޭރަފުންތައް ގަޔާއިދާ ހިލޭގައި މަސައްކަތް ކުރަން ފުރުޞަތު ކުރާނީ ކޮންކަމެއް ހެއްޔެވެ؟
އިންޓިނިއަރަކަން އޭނާގެ ފުލްޓައިމްގެ ހެދުމާ ޖަލްމާ ކާރުގެ ފެނަންޖެހޭ ޓީމްތަކުގެ ޖެހޭސިލް އެނުގެ ފަހު ސްކޫލާ ހަމައަކަން އަހުރުގޮތާ ގޮތަކަން އިންސާނާގެ ޖެހޭސިމުގެ ހެދުމާ ޖެހޭސިލަކަން އަހުރުގޮތާ މިހަކު ދުނިޔާގައި އެކަހެރި ހެއްޔެވެ؟ ހަމަޖައްސާފައެވެ ނޫނެ.
އަދުގަނޑު މަތީގައި ދަންނަވާ ފަދައިން، ކާނުގެ މުޅިނަގެ މަސައްކަތް މަސައްކަތްކުރުމުގެ މަސައްކަތް ހަވާލުކުރުވިދާނެ، ޕިޔޮއިވާ މާޝިނުގެ ހެދުމާ ބައިބަރެއް ވަނީކަން، އަޅުން އެއްކަންޓީފުއްގެ ހެދުމާއި ގާބިލުކަން ހެދި އެ ސްޓެޝެޓިސްކޮށްކަމެވެ. އެކަމަކު އިންސާނާގެ އަމިއްލަ ހަރިގަނޑުގެ ޕްރޮސެސްގައި މި މަޤްބޫލު ޕްރިވިލޭޖުގެ ކޮށާ ދުރުގައި ހެއްޔެވެ؟

ފަހު އިންސާނާ އެ ޕްރޮސެސްގައި ކުރަންޖެހޭނީ ކޮންކަމެއް ހެއްޔެވެ؟ އަޅުގަނޑު ފަރާތުގައިދެން އޭނާގެ ނަސީބުގެ ފިކުރު ކުޑަކުރުސްޓަކަށް އިސްތިއުފާ ދޭން ޖެހޭނީ ހެއްޔެވެ، ނުވަތަ އިސްތިއުފާ ދޭން ޖެހޭނީ ހެއްޔެވެ؟

އާ ވިޔަފައް މެދުރުކުރުގެ އިޕާދުކުރަން، އެ ވިޔަފާއާއެކު ކުރެވޭ މަސައް ތަޖުރިބާތަކުން މުސްޕާތް ބޭވަން ގެނައުން ހައްދުވޭ؟ އެކަކުވެސް އަނެކަކުވެސް ނޫނުވެ. ނަސީބަކުން އިންސާނާއަށް ހުރިހާ ބަލިތަކުން މިނިވަންވެވުން ވަގުތީ އަދި ސުވާލު އިނީ ގޮތެއް އެބައޮތެވެ.

އިންޖިނިއަރަކު ފުޓްބޯޅއައް ހަދާއިރު، ހިސާބުގެ ޖަރީމާއިން
ހިސާބުތައް އޭނާ ކަނޑައެޅުނީ އެ ފުޓްބޯޅއަކަށް ބޭނުންވާ ހުރިހާ ރޮލް މެޓީރިއަލްސްގެ ފުންވަރާއި މިންވަރުގެ އިތުރުން، އެ ފުޓްބޯޅގެ މެޝިނަރީތައް ހިންގުމާއި ބެލެހެއްޓުމަށް ކުރަންޖެހޭ ފަރުވާތެރިކަމެވެ. އެއަށްފަހު އޭނާގެ އިރުޝާދުތައް ފަރުވާތެރިކަމާއެކު ކުރިއަށް ގެންދާނަމަ، ދިފާއީވާ ފުޓްބޯޅގެ އާފަތްތަކަށް ލުއިފުށް ކަނަވަރުކުރެވޭނެއެވެ.

ނިއުބްރިޝަން އަދި ކާބައި ހައްދުވޭ؟

ހަމަ ކޮންމެ އިންޖިނިއަރަކުވެސް ތަފްސީލީ ހިސާބުތައް ކަނޑައެޅުމަކުން ކުރާ ފަދައިންނެވެ
އޭނާ ފަރުމާކޮށްފައިވާ ފުޓްބޯރިއަށް ކޮންމެހެން ބޭނުންވާ ރޯ މެޓީރިއަލްސް ކަމުން އެންމެ ބަޔެއް ހިސާބުތަކުގެ ޖަރީމާއިން
އަޖައިބު ކުރުވަނިވި ގުދުރަތުން ވަނީ އިންސާނުން ހިމެނޭ ގޮތަށް ހުރިހާ ޖަނަވާރުތަކަށް ބޭނުންވާ ރޯ މެޓީރިއަލްސް
އުފައްދާފައެވެ.

އަޅުގަނޑުމެން އާދައިގެ ފުޓްބޯރިއައް ހަދަން ބޭނުންވާއިރު، ފުރަތަމަ އެކަތިގެންވާ އިމާރާތެއް ބިނާކުރަން، ދަރަން އެތަންގައި
ބޭނުންވާ ހުރިހާ މެޝިނަރީތަކާއި ޒައިނަލް ބަހައްޓައި، އެންމެ ފަހުން، ފުޓްބޯރިން އުފެއްދުން ފެށުމާ ގޮތަށް، އެއަށް ބޭނުންވާ ތަކެތި
ފުރުޤާނުދެވޭ އަދި ރޯ މެޓީރިއަލްސް އެވެ. މިހާރު އިންސާނާގެ ޖަރާސީމުގައި އިންޖިނިއަރުން އުނގެނުމުގެ ކާންސޮބަލްޝަންއަށް ހުރުމުން،
އޭގެ ރޯ މެޓީރިއަލްތައް އެއް އައުވަރަން ކާމުޤުލްކުރެ ޖިސްމުގައިއެވެ، އެތައް މާއްދާތަކެއްގެ މައްޗަށް އެކުލެވޭ އެއްޗެކެވެ.

އެ ދިރާގަތަށް ގުދުރަތުން ފަހި ބޭޒު މަސައްކަތެއް ކާނގެ އެވެ. ފުރަތަމަ ކަމަކަށް، ގޮދިތަކުގެ ސަތާ ސެލްބަރުކޮޅަށް އަށްޑަކަށ
އެއީ ސެލްތަކުގެ ބާވަތަށް ބަލާފާއި ތަފާތުވާ ސަތާ އިމާރާތްކުރުމުގެ ތަކެތި ތައްޔާރުކުރުމަށް ޖަހާފައި ވާނެ އެއްޖެހުނުވާ. މިގޮތުން އިސްތިރިހަރަނޭގެ
ސެލްތައް ޖީނުގެ ކުރަނި ވަކި ވައްތަރުތަކެއްގެ އިމާރާތް ކުރުމަށް ބޭނުންކުރާ ތަކެތި ކަމަށާއި، ނިއުރޯނިތަކުގެ ސެލްތައް ޖީނުގެ ކުރަނި
އެހެން ވައްތަރެއްގެ ތަކެތި ކަމަށް ވެސް ޖެރ. މަސްތަކުގެ ސެލްތަކާއި، ގެޑިންޖީތަކާއި، ހަރުތަކާއި، މިހުނުވެސް ކަންކަމުގައިވެސް
ހަމަ މިގޮތެވެ. އެކަމަކު މިފަދަ ސާދާ ސެލްބަރުކޮޅުތަކުގެ ސެލްތަކުގެ އެއްވެސް ބޭނުމެއް އަދި ނޯތެވެ؛ އެއިން ކޮންމެ އެއްޗަކަށް ވެސް
މިހާރު އޭގެ ވަކި މަސައްކަތަކަށް އެކަށީގެންވާ ސާމާނު ފުރުޤާނުދެނުން ޖެހޭއިރު، އެކަމަކު އަދިވެސް އިތުރު އިމާރާތް ކުރުމުގެ ތަކެތި
ބޭނުންވެ އެވެ. އެންމެފަހުން،

އޭރު އެ ސަލްތަނަތް ހަނާތަ ފެށުނުތާނގައި، ގޮފުންޖެހުނުގެ އުފެއްދުންތެރިންނަށް ބޭނުންވާ ރޯ މެޓީރިއަލް
ފޯރުކޮށްދިނުމެވެ.

އޭގެ ނާކާމިޔާބު ފްރޮޑިއުސަރުގެ ސަރަހައްދު ދުވަހަކުން ވަނީ އެ ހުރިހާ އެއްޗެއް އެއްކޮށްލާފައެވެ
މުޅިއަލުން، އޭގެ އަދަދު ދިރާސާ އަށް އަރައެވެ. އެއިން ކޮންމެ އެއްޗެއްގެ ވެސް ސިފަ މިންވަރެއް ހުރެއެވެ. މިސާލެއް، އެއް
ބާވަތެއްގެ މައުލޫމާތުން އަޅުގަނޑުމެންނަށް ބޭނުންވާނެ ނަސް ގޮތް، އަނެއް ބާވަތެއްގެ އަނެއް ގޮތް، ގޮތްމަތީގެ ހަސްބަލުހަ
އެއްބައި ހުޅަ ޖިންސްބަލުހަ އެއްބައި. މިއީ ހުރިހާ ފެކްޓަރީއެއްގައި ވެސް އޮޅުވާލެވޭ އެއްސަރުގެ. އެ ބަހަކީ އަޅުގަނޑުވެސް ހުރިން
ކަނޑައެޅުމާ މެންވަރަށް ސަލްތަނަތުގެ ބޮޑުވެ ދަރަޖައިގެ ހުރިހާ ކޮންމެހެން ބޭނުންވަނީ ކަރުދާސް. ވަކިން ހައްސަކަށް އެއިން
އެއްވެސް އެއްޗެއް އެތެރެގެ ކުރެވޭސަލަތުގެ ނަޖީބު ބޮޑުކަން ހައްސަ ސަބަބުތަކުގެ ދަށް ޖެހި އެވެ.

އިލެކްޓްރިކް އަދި ސްޓީލް، މެއްސަރުކުންނާއި ފަޅުދަރު ކާރުގެ މިހަރުވެސް އޭނާގެ އަމިއްލަ ހަރުގަދަޖެހޭ ހަމައެކަނި ވެރިފަރާތުގައި،
އެބޭރުގެ ގޮތްކަނޑައެޅުމުގެ އެ އަޅައިބޮޑުތަކުގައިކުރި ދުނިޔޭއަށް ޖެންޑާވާ ހަމައެކަނި ޖެހިއްޖެވެ.

ޝަރުޠުވެރިވާ ކަމަށް މި ދުނިޔޭގައިވާ ހުރިހާ ދިރާސާތަކީ، އިން ފެނިގެން...
އެންމެ ނުވަތަ ސްފެއާ ޖެ ދަ އެލިފަންޓް، އެ އަގުބޮޑު ކުލާސްގެން ދުނިޔެން، އެމީހުންގެ ނިޔުޒިލޭޝަން
ބޭނުންތަކަށް ފެހިހަމަޖެހޭ ބޭނުންކުރަން.

ފެށުމުގެ ސިފައިން ފުރަތަމަ ކަންނޭނގެ، ހަސަރަތުގެ ފެހިސް ދުވަހުން ފެނިގެން އިންސާނާ އަކަނި، މުޅި ފުޅާ ދުނިޔޭގައި އެކަނިވެރި
އިސްތިސްނާއެއްގެ ގޮތުގައި، އޭނާގެ ހިއްސާތަކުން ވަރިވީ، އޭނާގެ އަމިއްލަ ހާލު ދުވަހުގެ ކަމަށް ކާންދާހުން ބޭނުންވާ ހަމަ ތަކެތީގެ
ނަޖާހަތްތެރިކަން މުޅިން ގެއްލިއްޖެއެވެ. އެއީ އޭނާގެ ލަބޯރޭޓަރީ ރިސާޗް ވޯކްޝޮޕްތަކުގައި ދެއާއި ދުވާލު ބެރަކާތް، ހުރިހާ
ވައްތަރެއްގެ ޖެއްސުމުތަކާއި ތަޖުރިބާތައް ކުރުމާއި، އެއްގޮތް ތަކެތި އެއްޗިހިތަކާ ގުޅުވައި، އޭނާގެ ފެށުމުތަކުގައި އަވަހަށް އުފެއްދުމައި، އެ
ނަސްތަކަށް ގޮތަކަށް ހިފާފު ނަންތަކަށް އުފެއްދުމައި، ފޮނުވިތާއި ފުރިޓަކަށް ފެހިވާ ސަބަބުން ، އަދި މުޅި ދުނިޔޭގައި އެކަކީ ފަތްރާވަހި،
މީހުން އެކަކީ ނިވާކަން، ބަނދަރުފެނުން ނަހީބުން ގޮތަކަށް. އަދި މީހުންގެ ކަމަކަށް އެމީހުން ލިބުނު ސަރަހައްދު އެވެ.

އެމީހުން ކުރާ ކަމެއް ޝައުގުވެރިން ސައިންސްފެހިން ވަނީ ޚިޔާލުވެ އަވާފައެވެ
ގުދުރަތަށް ފެށުމާ ސަރަހައްދު މައިދާނުގެ. އެޓްލާންޓިކަށް ލާމަރުކަޒީ، އެތަށް މިއިއަށް އަހަރުގެ ތަރައްގީ އަދި އެންމެ ބޮޑު
ހިސާބުތަކުން އަދުވަސްޖެހުނު ވަނަ ދުނިޔެ، އެކަމާގެ ފެށުމުޖެހިސްގައި، އެއްޓަން، ގަސްދަހާގެ ތަކަށް ޖަމާވެ، މުޅި
ފެހިފައިވާކަން އެ ފުރިހަމަ ނަވެސް ނުވެއެވެ

ދުނިޔެއާއި އެކު އެމީހުން ދެނެގަންނަން ފެށި ވަރަށް ނިއުޒިލޭންޑް ކޮންސްޓިޓިއުޝަން، އެއްބަސްވުމެއް އަސްލުބަސްވުމަކަށް.

ދުނިޔޭގައި ހުރި ހުރިހާ ދިރޭ ޖަރާސީމުތަކެއް ވެސް ފައިބައިގެން ޓޯސްޓެއްވަނީ ދިވެހިރާއްޖޭގެ...
ހަމަ ކާބަފައިން ނަމަވެސް ވަގުތު ފާއިތުވަމުން ޓޯސް އެމީހުން ވަނީ ތަފާތު އިވޯލިއުޝަނަރީ މިސްރާބުތަކެއް ނަގާފައެވެ.
އިންސާނުންނާއި އެހެން ޖަނަވާރުތަކުގެ އެނަޓަމިކަލް އަދި ފިޒިއޮލޮޖިކަލް ތަފާތުތައް އަސާސީ ގޮތުން ވަރަށް ކުޑަ ތަފާތުތަކެވެ.

ހަމަ އިންސާނާ ފަދައިން އެ ޖަނަވާރުތަކުގައިވެސް ހިތާއި، ފުއްޕާމޭއާއި، ފުރަމޭއާއި، ކިޑްނީއާއި، ލިވަރާއި، ކަކިތަކާއި،
ސިކުނޑިއާއި، މިނޑުންވެސް ކަންތައްތައް ހުރެއެވެ. އެމީހުންގެ ގެނވަންތަކުން ޖީނޯމް ކުރަނީ އިންސާނާގެ ގެނވަންތަކުން
ވެސް ޖީނޯމް ކުރާ ނިއުޒިލޭންޑް ކޮންސްޓިޓިއުޝަން އެވެ. ރިސާޗް ބަޔޮލޮޖިސްޓުން ހުރި އެންމެ ބޮޑު ގޮޅި، މިފަދަ އާންމު
ހިމެނުމުގެ ޖީޓާތަކުން ބަރޯސާވުމުގެ ބައިވެރިވުމ، ސިކުނޑީގެ ތަރުތީބު، ސިކުނޑީ ގެސްޓޭޝަން، މުޅިން ދުވަސް ދުރުފަރާތުގެ، ކުރިކުރި
އަދި ފުރުޞަތު މައްސަލަތައް ތަހުލީލު ކުރުމަށް މާ ދިގު ވަގުތާއި މަސައްކަތެއް ބޭކާރު ކުރުމުގެ ޖީނާގެ އަޑުމަތީގައި ހުރި ފުރަޅިއްސާއި،
މުރިން ގޮތެއްގައި އަސާސީ ތަޖުރިބާތަކުން ލިބޭ ނަތީޖާތަކުގެ މައްޗަށް ޖީނާގެ އިތުރު ބޭނުންކުރުމެވެ.

އަޅުގަނޑުމެން ފާހަގަކުރަންޖެހޭ ކަމަކީ، ޖަނަވާރުތަ ފަރުމާކުރާގައި ހުރި ގޮތަކުން "ކުޑަ" ފަރަގެއް ނެތެވެ، އެ "ސާދާ" ފަރަގު
ކުއްލިން، އެ ޖަނަވާރުއްގެ ޖަރާސީމުގެ ހުރިހާ ބަދަލުތަކެއް ފެއްދައިދޭ ކަމެވެ. އެ އެއް ފަރަގަކީ، ގުދުރަތުން ވެސް އެ ޖަނަވާރުގެ
ހިނގަނޑުގައި އާ ސެލްތަކެއް އުފެއްދުމަށް ބަދަލުވާ ހުރިހާ މައްދާތަކެއް އެއްކޮށްލާފައެވެ؛ އެ ސެލްތަކެއް ތަފާތުތަކުން، އެ ސެލްތަކަށް
ކާނާ ލިބި، ހަކަތަ ދިނުމާއި، އެންމެ ފަހުން ގެވެސްޓްތަކަށް ބަދަލުވާ މުޅިއްމު ވެސް މެޓީރިއަލްތަކެއް ފުރުކާނުދިނުމެވެ.

ކުރުކޮށް ބުނާނަމަ، އެ ފަރަގު އެކުލެވިގެންވަނީ ފުރިހަމައަށް ބެލެންސް ކުރެވިފައިވާ ނޫ މެޓީރިއަލްސް އަންބަކައްވެ
ޖަނަވާރުގެ ޖަރާސީމު؛ އެ ފަރަގު ޖަނަވާރުކަށް އެންމެ އެކަށީގެންވާ ނިއުޓްރިމަންޓެވެ.

ހުރިހާ ވައްތަރެއްގެ ނޫ ބަރުކާތާއި އެކުލެވިގެންވާ މުރިންމު ގޮތެއްގައި އާދެ...
ހަމަ ކޮންސްޓިޓިއުޝަން

މިފަދައިން ޖަނަވާރުން، އެ ފަރަގު އިތުރުން ކާނާ އަހަރެއް ނުލިބި، އެ އެއް ބާވަތުގެ ކާނާއިން މަސްތަކެއް ނަގަނީ
އަހަރުތަކެއް ވަންދެން ދިރިއުޅެން ލާޒިމު ކުރުމެވެ، އެ ޖަނަވާރުގެ ޖަރާސީމުގައި އެކަމަށްބޭކައި ވިޓަމިން ނަގަނީ އެހެން
ނިއުޓްރިއަންޓް މަސްދަރުތަކުގެ އެއްވެސް އުނިކަމެއް އިހުސާސެއް ނުކުރެވޭނެއެވެ. އެއްވެސް ތަފާތެއް ނެތް ނަމަ

ގަހެއްގެ ފަތުގެ ބަރުދަނުގައި އޭގެ އަތޮޅުތަކުގައި އެހެން ބައެއް ގަސްގަހާގެހި ހުރެއެވެ.
މުހިންމު ކަމަކީ އެއިން ބޮޑުބޮޑު ކާނާއަކީ ގޮދުރާތީ އަދި އެއްޗެހިތަކުންވެސް ނަމެއް ކާނާއެކެވެ.

އަސް ނުވަތަ ހިމާރެއްގެ ކުރިމަތީގައި ކާނާގެ މިންވަރެއް ބެހެއްޓިއިރު، ފުރާޅުން ނުވަތަ ލިބޭމިންގެ މިންވަރު ޖަނަވާރަށް ފުދޭވަރަކަށް ނުވެދާނެ ކަމުގެ ޒިޔާދަ ދުވަހަކުވެސް ކަންބޮޑުވުމަކީ ނުވެއެވެ ކާނާގެ ބާވަތެއްގެ ލިބޭމިންވަރާއި މަސައްކަތްކުރާ އަދި އެހެނިހެން ނިއުޓްރިއަންޓް ސަޕްލިމަންޓް ބޭނުންވެއެވެ.

އެބައެއް ހާސް ވައްތަރެއްގެ ޖަނަވާރުތަކުގެ ބޮލުގެ ދަށުގައި ހުންނަ ކާބޯތަކުގެ އިޒްތިޔާރު ކުރެވޭ މިންވަރު މަދުކުރުން، ދުވަހަކުވެސް ކާނާ ކަނޑައަޅާ އެއްޗެއް ހޯދައި އިޒްތިޔާރު ކުރުމުގެ ފުރުޞަތު ނުލިބޭކަން ކާނާގެ މިހާރުވެސް ސާފުކަން ފެނެއެވެ.
އެމީހުންގެ ގޮތް އަވަށްޓެރި ރަށްރަށުގައި ލިބޭން ހުންނަ އާންމު ކާނާގެ މަދު ބާވަތްތަކުގެ މައްސަލަ ދިރިއުޅުން ލާޒިމުވެގެންވެއެވެ.

އެހެންނަމަވެސް، އޭގެ ތެރެއިން އެވިޓަމިންސް ނުވަތަ އެހެން ނިއުޓްރިޝަނަލް ޖީނެޓިކްސްއިއްގެ އަސްލު ކާސްއެއްވެސް އަލުގައިމުންނަކަށް ނުފެނެއެވެ.

އެ ޖަނަވާރުތަކުން ބޭނުންކުރާ ކާބޯތަކުގެ ގޮންޑޮސްޓަރަމް އެ...
ބައިޓާސްބަތްގެ ލެބޯރެޓަރީ، އެއިން ކާނާގެ ލެބޯރަޓަރީވެސް އެމީހުންނަށް ތަފާތު ސިފަތަކާއި މިންވަރުތަކުގެ ބައެއް މައްސަލަތައް ފެންނާނެއެވެ. އެމީހުން ދެން ބެލުމާއި ވަކި ގަހެއްގައި އާދޭ ޖިނަހިން ފުރާޅުން، އާދޭ ޖިނަހިން ފެތި އަދި އާދޭ ޖިނަހިން އެއް ވިޔަޒުން ނުވަތަ އެހެން ވިޔަމިނެއް ހުރިހާ ކަމަކަށް. މިގޮތުން ކާނާގެ ޑްރޮއްސޮފިއްގައިވެސް އެމީހުންނަށް ހެދިދާނެ ބައެއް
10-15ކާނާ ސަޕްލިމަންޓް ގެނާ، އެތަކެތީގެ މިންވަރުތައް އެއްބަސްވެ ހަނދުނެއް ފަރުވާތަކަކީ ކަނޑައަޅާފައިވެއެވެ.
އަސްލު މުއްސަނދި ގޮވާތަކުގައި ވެސް އެމީހުންނަށް ހުރިފައިވާ މައްސަލަތަކުގެ އަދަދު ވަނީ ވަރަށް ހަރުކަށިކަން ލިމިޓްކުރެވިފައެވެ.
ހޯދަވަރުގައި މިކަމުން ސާބިތު ނުވަނީ އެއިން ކާނާގެ ކާނާއެއް އޮޅުވާލެވޭނުވަނީ އެއިން ފެންނަ ދިރުމަށްޓަކައި މައްސަލަތަކުގެ މައްސަލަ ދެއެވެ؛ އޭގެ ބަދަލުގައި އެއީ އެމީހުންގެ ފެންނަ ހުނަރާއި މަސައްކަތެއް ފުރިހަމައަށް ބެހެއްޓުމާއި ކުރުވާލާފައި، ކިބައިވާ ބަރުކަށިގެ ހަރިގަނޑުގެ
ވިޔަފާރިތަކުގައި ގޮދުރާގެ ލެބޯރެޓަރީގައި އެއްވެފައިވާ ހުރިހާ މައްސަލަތަކުން ކާނާބާއްވާ އަދި ބިބަސްގެ ވަރަކަށް ކަނޑައަޅާފައި ފުރާވަރަށް ނުފުދޭކަމުގެ އިޝާރާތެކެވެ.

މާނައަކީ ވަކި ކާނާއެއްގައި އެމީހުންނަށް ހުރިފައިވާ ހަމައެކަނި އެ މަދު ބާވަތްތަކުގެ ކާނާ ސަޕްލިމަންޓް ކަމެވެ؛ ބާކީ ތިބި މީހުން ތިބީ އެމީހުންނަށް ފުރިހަމައެވެ.

މިކަމުގެ މައިގަނޑު ސަބަބަކީ އެ މާއްދާބައެއް ހުރިފައިވާތީ އެވެ

ބަޔޮލޮޖިސްޓުން ބުނާ ގޮތުގައި އެ ތަރުކާރީގެ އަސާސީ މާއްދާތަކެއް ނޫން ނަމަވެސް އެއީ އެކި ތަރުކާރީތަކުގައި އެކި ގޮތްގޮތަށް ފެންނަ ކޮމްޕައުންޑްތަކެކެވެ. ޖަނަވާރުގެ ހަށިގަނޑަށް ވަދެވުމުން އެ ކޮމްޕައުންޑްތައް ފަޅައިގެން ގޮސް އަލުން ސިންތެސިސް ވެގެންދާއިރު، މި ޕްރޮސެސްގެ ތެރޭގައި ޖަރާސީމުގެ ބޭނުންތަކަށް އާ ކޮމްޕައުންޑްތައް އުފެދެއެވެ.

ޖަނަވާރުތަކުން ބޭނުންކުރާ ހުރިހާ ތަރުކާރީއެއް
އެއް އަސާސީ މާއްދާތަކުން އެކުލެވިގެންވެއެވެ

އަސާސީ ގޮތުން ހުރިހާ ތަރުކާރީއެއް އެކުލެވިގެންވަނީ މައިގަނޑު ތިން ކެމިކަލްއެއްގެ މާއްދާއަކުންނެވެ. އެއީ ތަރައިން އެއް ފެނަކީ އަޅުގަނޑުމެން އެންމެންނަށް ވެސް އަހުލުވެރި ފެނެކެވެ. އަޅުގަނޑުމެންނަށް އެނގޭ ފެނުގެ ނަމަކީ ޝުގަރާރުކަން، އަދި އަޅުގަނޑުމެންނަށް އެނގޭ އެންމެ ސާދާ އަދި އެންމެ ރައްކާތެރި ފެނުގެ މަސްދަރަކީ ވާވައި ތަރުކާރީގައި ހުންނަ ފެނުގެ މަސްދަރުތަކުން އަޅުގަނޑުމެންނަށް ރަނގަޅަށް ހިނގާން ހުންނާނެއެވެ. ދެން އަންނަނީ ރަތްހަނު އެވެ. މިއީ ތަރުކާރީގެ ހަށިގަނޑުތަކުގެ އޯގަނިކު އެކުލެވިގެންވާ، އެ ހަށިގަނޑުތަކަށް ފޯމު ވެރިގެނުތަކަން ލިބިދޭ މާއްދާއެވެ. ރައްޓަށް ފުގައިގެން ގެންގޮސް ޖަނަވާރުގެ ގުނަވަންތަކުގައި އެސިޑިލްޓް ނުވެސް؛ އެއީ ނަޖިހުގެ ސިފައިގައި ހަށިގަނޑުން ބޭރުކުރާ އެއްޗެކެވެ. ނަމަވެސް އެއީ ޖަނަވާރުތަކުގެ ކާނާގެ މުހިންމު މާއްދާއެކެވެ. ރަށްޓަކީ ނަމަ، ޖަނަވާރު ބޭނުންކުރާ ކާނާ މުޅިން ފަޅައިގެން ގޮސް އެސިޑިލްޓް ވައްޓެނަމަ، ގޭރު ބޭރުކުރާނަ އެއްޗެއް ނަމަ، ވަގުތު ފާއިތުވަމުންދާ ވަރަކަށް އެ ގޭރު ފަޅައިގެން ގޮސް ހިކިގެން ދާނެއެވެ. ނަމަވެސް އާދައިގެ ހިލާފު ގޮތަކަށް ބާނަމަ ގިނަ މީހުންނަކީ އެހާ ކުރު ވިސްނުންތެރި ބައެއް ކަމެއް، ރަށްޓަށް އަދި "ހަޖަމު ނުކުރެވޭ" އެއްޗެއް ކަމަށް ދެކި، ގަސްތުގައި ކާނާގެ ބާވަތްތަކުން އެ އެއްޗެއް ނައްތާލާ، އެއީ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން ގެތަގައިގެ ހުރިހާ އިންސާނުންނަށް ބަނޑުހައިރާންކުރުވާ ޝިކާރައަކަން ވެއެވެ. އެހެން ގޮތަކުން ބުނާނަމަ ބަނޑުހައިރާންކުރުވުމުގެ މައިގަނޑު ސަބަބަކީ ކާނާގައި ރަށްޓަށް ނެތުމެވެ. އެކަމަކު މަޝްވަރާ ކުރެވިފައިނުވާ މައުޟޫއަކަށް އެނބުރި ދާނަމަ، ފަވާއިދު ތަރުކާރީގައި ހިމެނޭ ތިން ކޮޓަރީގެ މާއްދާތަކުގެ ތެރެއިން އެންމެ ފަހު މާއްދާއަކީ ހުނު ނިއުކްލިއިކްއެސިޑު، އެ މާއްދާ ފުރިހަމަކަމަށް ހަޖަމުކުރަން، އެ ޖަރާސީމުން އެސިޑިލްޓް ކުރެއެވެ.

ތަފާތު ތަރުކާރީތަކުގެ ގުދުރައިވާ މުހިންމު ތަފާތުތައް އުފެދެނީ އެ ތިން ކޮޓަރީގެ މާއްދާތަކުގެ ނިސްބަތުން ހުނުނު މިންވަރު ތަފާތުވުމުންނެވެ.

މިގޮތުން އާންމު ގަސްގަހާގެހި އާއި މޫވާގެ މައިގަނޑު ތަފާތަކީ ކަރީގެ ގަސްގަހާގެހި ޒިނާއިން ހުންނައިރު މޫވާ އެކުލެވިގެންވާ އާދައިގެ މިންވަރަކުން ރައްޓަށް އިންނެވެ. ގެ ހާއްސަ އާދައިގެ ސަބަބުންނެވެ

އެމީހުންގެ ހަޖަމުކުރާ ގުނަވަންތަކާއި ޓްރެކްޓްތަކާއި ގޮސްފޮނުވާލާ ހުންނަ ކުދިކުދި ބެކްޓީރިއާ އަދި ތަފާތު ފަންގަސްތައް ހިމެނެއެވެ، އެގައި
މަދުން ފެތިރިފައިވާ ނިއުޓްރިއެންޓްތައް ދިރުވައި، ބަލި ހުރި ބައެއްގެ ހަށިގަނޑަށް ބޭނުންވާ ދެމެހެއްޓުމަށް ހުރެއެވެ. މިއީ ވަރަށް
ބަދަލުވާ ގަނަޑަކަށް ހިފާ ނަގާ ސްޓޮކް އިން ކާނާ ކުރެވިދާނެ މިންވަރަށް ވަރަށް މުހިންމެވެ؛ ބަދަލުވަނީ ދިރިއުޅުން ދެމެހެއްޓުމަށް ވަގުތާއި
ފުރުސަތުގައި އެއް ގޮތަކަށް ބަދަލުވާ ގޮތަށް އަށްވަން ގާތް ގައިމުގައި ހިމެނޭ ދިރިއުޅުމުގެ ގޮތަށެވެ.

މިކަމުން އަޅުގަނޑުމެންނަށް މުހިންމު ނިންމުމެއް ހުރިހާ ބެކްޓީރިއާއެއްގައިވެސް ޖަނަވާރު ޖަރާސީމުތައް
ދެމެހެއްޓުމަށް ބޭނުންވާ ނިއުޓްރިއެންޓްސް ހިމެނޭއިރު، ހަމައެކަނި ބައެއް ބެކްޓީރިއާތަކުގައި އެބައެއް ޖީންތަށް އެކި ދިރުމަދިރާލުގައި،
އަނެއްބައި ބެކްޓީރިއާތަކުގައި ވެރަން ޖީނިއުން އެކަށީގެންވާ ކަމެއް. މުދުރަކީ ކާނާގެ ބެލެހެއްޓުން އެކުލެވޭ ނިއުޓްރިޝަނަލް ކާނާގެ
ބެރޭގައި ވިޓަމިންތަށް، އައިރަންގެ، ކަލްސިއަމްގެ ބާވަތްތަށް، ޕްރޮޓީން، އަޔަޑިން، ކޮޕަރު، ޒިންކް، އަސިޑް އަދި އެހެން ހުރިހާ މިނަރަލް
ހިމެނޭއިރު، އޭގެ ފަހުން އަނެއްނެއް އެހެން މުރަކަތަކާއި ގުޅުވާލާގެ އަދި ފަހި ގުޅުވާލާގެ؛ އެހެން ޑޮކަޓަރުން ބެލުމަށް، އިންސާނާ
އެހެން ޖަނަވާރުތަކުގެ އަނގައިން ފޮރިގަން، އަމިއްލައަން ނަގާފައިވާ ހަމަ ކާނާތަކެވެ. ނަމަވެސް ރޮ ކަށުމުގެ ސްވާލު މަސްވެރާއަން
އަންނަ ކޮންމެ ފަހަރަކު ހަމަ އެމީހަކު ދަރުވެރިކަމާކު ޖަވާބު ދަނީ: "ކާއްކާފައި ހުންނަ ކާނާ ނުކި އަހަރެން އަމިއްލައަށް ތަރުބިއްޔަތު
ކުރާނީ ކިހިނެއް ހެއްދެވޭ؟" މިއަންނަރު ލަދުވެދި ވާހަކައެއް ދުނިޔޭގައި ނުފެންނާނެ ނަމަވެސް ހިތާމައަކީ ދަރުވެރިޔާ މިހެން ކާއްމުގެ
އެޖެކްޝަނުން އިންސާނުން ލުޔާންކޮށްޓަކާލަމުގައި، ހަރުގަތުގައި އެއް ފިޔަ ބައެއްގެ އާދައިގެ ޖަވާބެވެ. އެ މާއްދާތަކަކީ ކިޔާ ދެއްސަނދި
އަދި ނިއުޓްރިޝަނަލް މާއްދާތަކެއް ކާމިއެވެ، އަލުގަނޑުމެންގެ ދުވަހުގެ ބޭނުންތަކަށް ފުރިހަމަ ބޭނުންތަކަށް މިންވަރު ކިޔާ މަދު އެއްޗެހިކަން
ވިސްނޭނެ ފަދަ ތަޖުރިބާއެއް ނެތް މިހުންނަން ނެތެވެ. އަދިއްލަ ހާލަތުގައި ހަކީގަތަން ވާސިލްވާން އަހަރުތަކެއް ހޭދަވިއެވެ. އެކަމަކު
މިކަމާ ބެހޭގޮތުން އިތުރަށް ފަހުން ވާހަކަ ދައްކާނަމެވެ.

ގަހުގެ މޭވާގައި ކޮންސަންޓްރޭޝަން ސްޓޮކްހޯލްޑަރުގައި ހުންނަ އެ ނިއުޓްރިއެންޓްސް ކޮންސެންޓްރޭޝަން ވެސް އެގޮތަށް ބަދަލުތަކާއި
ފޮތްތަކާއި ޒާތްތަކުގައި މަދުމަދުން ފެތިރިފައި ހުރެއެވެ. ޓިޔާރީ ފަދަ ބަދަލުތަށް ބަހައްޓާއް ކާނާ ލިބެނީ ގަސް ފޮތްތަކުން ކާނާ
ހޯދައިގެންނެވެ. ގަހުގެ ކާޖަ ބިހުގެ އެހެން ގަހުގައި ގުޅާފައި ކުރުމުން، އެ ގަހުގެ ދާދިތަށް ފަޔައިގެން ގޮސް، އަންނަ ފަހުން އެއާ މުޅި
މީވާ ލިބެއެވެ.

މިއީ ދިރުމުވާ މީވާއަށް އުފުދުމަން ކޮންމެހެން ބޭނުންވާ ހުރިހާ މާއްދާތަކެއް ބިސްގަނޑުގައި ހިމެނޭ ކަމުގެ ސާފު އިޝާރާތެކެވެ.

މިހާރު، އެ އަސާސީ ދައިރާތަކަކީ ކޮބައިތޯ؟ އެއީ ކުރިކަށް ގޮތެއް ބަހާނުލެވޭ އެންމެ ކުޑަ ޒާތީ ބަޔާއްކާ ގޮތުގައި ބެލެވިދާނެ
އެޓޮމްތަކެވެ

ކުޑަކޮށް ބަދަލުވެގެން ބައިވެރިވެދާނެ އުފެއްދުމުގައި، އަދި އާންމުކޮށް ވަކި ވުޖޫދެއް ގެންގުޅުއްވާނެ އުފެއްދުންތަކެއް ނުވަތަ ކޮމްޕްލެކްސްތަކުގެ
އެންމެ ކުދި ޒައްރާތަކުން ކަމަށްވާ މާލިކިއުލްތަކެވެ. ކޮންމެ ޖީބީ ހުރިހާ ގަސްގަހާގެހި އެކުލެވިގެންވަނީ ގޮތްގަސްތަކުން އެއް
އުފެއްދުންތަކުގެ މައުލޫމާތު، އެކި ނިޔަބަތުގެ އިންވިޒިބަލް ގުޅުންތަކުގެ ސަބަބުން ކޮމްޕްލެކްސްތަކެއް އުފެދި، ފުލާއި ކުރާއި ތަރަ
ތަފާތުވެއެވެ. މިގޮތުން ކުދިކުދި އާއި ބިކަރު ވެސް ސިފަ އެއްގޮތެވެ. ބިކަރުގެ ބަސްގެން ތަޒާދަފުވުމުން، ކުރިން ހުރި މާލިކިއުލްތަކ
ސްޓްރަކްޗަރު ބަދަލުވެ، ބިކަރުއަކަށް ވެއެވެ.

މާލާއި އިންސާނާ ދެމެދު ވެސް މިފަދަ ގުޅުމެއް ވެއެވެ.

ހުރިހާ ތަރުކާތީއާއި ޖަނަވާރުގެ ދިރިއުޅުމަކީ ދާއިމީ ބަދަލުވުމެއް ނޫން އެހެން އެއްޗެއް ނޫނެވެ
އަދި އެޓޮމްތަކުގެ ދައުރުވުމެވެ. އެއީ މިތަންގައި ބޭނުމަކީ ޖަހައިބާއި ޖީބީއަތް ސޯބިތުކުރެއްވުމެވެ. އައަރުމެން ބިމަށް އުކާލާއި ފިޔާތަކުގެ
ބޮޑަށް ވެރު ބޭނުން ނޫން މިނިޖެއްގެ ދަނޑުވެރިކަމެވެ. މަދު ދުވަސްކޮޅަކަންފުޅު މަޑުމަޑުން ފެތެއިގެން ޖާސް، ދެން ޗާޖީތަކާއި ފަތްތަށް
ފެތެއިގެން ޖާސް، ވަގުތު ދެމުން މާވާ ލިބެއެވެ. ފަހުން އެއީ ކަނޑުބޭއަކަން، އަސްއަރަކަން ނުވަތަ އިންސާނަކަން ބަދަލުވެ،
ދުވަސްކޮޅަކު މި ދުނިޔޭގައި އުފެދި އެހެން އެޓޮމްތަކަށް ދުނިޔޭއަށް އަނބުރާ ގެންދާ އެއްޗެއްކަމެވެ. އެތަންގައި ދިރުގެ އަލިން ދިރުވާވާ
ނުފޫޒުގެ ދަރަދަން ހަމަ އެ އެޓޮމްތަކަށް އަލުން ދިރުވައި، އެ އެޓޮމްތަކުގެ ތަރުއަދަން އާ ދިރުމެއް ލިބި، އެހެން އަނބުރާލާފައި ހަމަ
ގަސްގަހާގެހި ތަކާއި ޖަނަވާރުތަކަށް ބަދަލުވެ، ތަކެތި ދުވަހަށް އުފެއްދުމުގެ ނިޒާމް ނަގާ ދައުރުވެގެން ކުރިއަށް ގެންދެއެވެ.

އެކަމަކު އެއިން ދިރޭ ޖަރާސީމެއް ފެނުމަކަށް ތިބޭ ތަރުކީތަކާއި ޖަނަވާރުގެ ހަށިގަނޑުތަކާއި ދިރިދިރި އެއްޗެހިތަކެއް ވާނެވެ.
މިގޮތުން، ކާބޯތަކި ހަމައެކަނި ދިރިދިރި އެއްޗެހިތަކެއް ވެފައި އެއްވެސް ބާވެއްގައި ފުރާނަ ކަމެއް ނޫނެވެ؛ ފުރިހަމަ ތަރުކާތީގެ
ކާނާ ވާންޖެހޭނީ ACTIVE އަދި NOT DORMANT އަށެވެ.

ދިރުމު ތަޖުރިބާއިން އަޅުގަނޑުމެންނަށް އެނގިގެންވާ ގޮތުގައި ކާޖު ދުނިޔެއެއް ހިތްހަމަ ނުލެއްވެވެ
ހިކި އޮށް އެކަނި. އެއްޗެއްގެ ހިކި އޮށެއް އެއްޗެއް ޖެހުނު ކުރަހާ ކޮށްމެލެވެ ވަރަކަށް ތޯނު ކާނާ ވެސް މެވެ. އެ އޮށުގެ ވަކި
ފަތްތަކެއް ނުވަތަ ތޯނު ކާނާއިލާ މާ ދިރުމުގެ އެއްޗެއް ނޫނެވެ. ފުރިހަމަ ކާނާ ދިރުބޭނި ވަކި ފަތްތަކެއްގެ އޮށެއް ނުވަތަ ދަނޑުވެރިކަމުގެ
ބާވަތެއް ހުޅި، އެހެން އިތުރު ތަރުކާތީގެ ކާނާގެ ބާވަތްތަކުގެ ތޯނު މާވާއަކުންނެވެ.

މި ޖަރާސީމުން އަޅުގަނޑުމެންނަށް ދިރުމުގެ ނިޔަމުގެ އިންޑިކޭޓަރެއް އަށަގެ ފުރިހަމަ ކާނާ ފުރިހަމަ ވެސް ހުޅުގެ ތަކިތަކަށް
ކުރާނީ ހިކިގެން ދުރުވެރިގެ. އަރާ

އަވަށާއި ބަދިގެއާއި ޕިސްޓާ މެޝިންތަކުގެ ދަތުރުފަތުރުން ނުކުންނަ މާއްދާތަކަކީ ކާނާގެ ގޮތުގައި ބަލާނީ ކިހިނެއް ހެއްދެވޭ؟

އެހެންނަމަވެސް، ވިސްބަރުގެ މަދު މަސްތަކުގެ ޖަނަވާރު ޖަނަވާރުތަކަށް ތާޒާ ކާނާ ކެއުމުން މަހުރޫމްވުމުން މާބޮޑު ގެއްލުމެއް ނުލިބޭއެވެ.
އެހެނީ އެމީހުން އެ އަނިޔާތުން ފުއްދައިދޭނީ ބަޔާރު މުސްވާ ހުރި މުސްމާ ހުރެ، ހުރިހާ ގޮތްތަކެއް އަޅުން ދިރުވާލާ ވަގުތުކުރެވެ. އެ ދިރިއުޅުމުގެ ވައްތަރާއި ގޮތްތަކުން އެމީހުންނަށް ހާނިއްކަވެވެ. ހިކި އާރާއި، ދަނޑުވެރިކަމުގެ ބާވަތްތަކާއި، ދަނޑުތަކާއި، ހަމަކަނަވަރުން، ދިރިހުރި ކާނާތަކުން ނަމަވެސް، އެއީ އިންސާނުން އަދި ނިދާފައި ހުންނަ ޚާއްސަކުރާ. ނަސީބުކުރުން ފެންގައި ތަރި ފެނި ވައިގައި ދުވަހުން ނަވަތަ ދުދުވަސް ވަންދުވަން ބޭހުއްޓުމުން ފަސޭހަކަން ހޯދާލީމާއި، އަލިފާންތަކުން، ފެދިހަހަ ނިއުޓްރިޝަންބަކުން ބަދަލުކުރައްވާފައި އެވެ. އެހެންކަމުން ހަމައެކަނި ފަރާތުގެ ޗާސްފައިވާ (އަލިފާން) ދަނޑުވެރިކަމުގެ ބާވަތްތައް ކާއުމުން އިންސާނާއެން އަހަރުގެ ހިނދާ މުސްކުޅިއްގައި އަދި ދުނިޔޭގެ ކާނުމަ ކަނބަލުގައި ވެސް ފެދިހަހަ ކާނާ ހުރިހާގެ ފެދޭސަތް ލިބޭއެވެ. އެހެންވުމަ ބާޒު ހިދި އެތައް ހާސް ތަނާ އަދި ކާއުމަނ ޝައުގުވެރިވާ ކާނާ ބޭނުންކާރުގެން އާންމުގެ ކާއުމަން ތަފާތު ވައްތަރުތައް ތަރާކީވެކާން، ދިރިއުޅުން އިތުރަން ހިތްގައިމު ކާރުދޫވެން އެވެ.

ދިރިއުޅުމަކީ ހަކަތަ &މައްދާގެ ޖަމާއަތެވެ. އަޅުގަނޑުމެން މެޝިނުއް ހަދަން ބޭނުންވާއިރު، ބޯފުޅިންބާ އައްޑަތަން ބޭނުންވާ ހިރާ ބައިތަކުއް އައްޓާކަ، އަދިމަ ފަހުގެ ތަރުސިމުގެ ނިމުމާއަކު، މެޝިނު ޕިންގްސް މަސައްކަތް ކުރަން. އިންސާނާގެ ފަކަކާތެރިވާ އައްޑަކަނ ކިޔަނީ ސާވުގެ ކަމަޝާއި، މިއީ އެހެން ހިދާ ފާރުބިކަލާތަކާ ގޮރިގަނ ޖަރާސިމުގެ އަނގަޔަދޭ ފުރަހަމަކަން، ހަރާކަތަނ ގަނސްނުދާ އައްޑަކަވެ.

ވަކި ފްރާބިންތަކާއި ވިބަމިންތަކާއި އަދި...
މިނަރަލްސް އަންނަ އާފު އާލް އިން ލިވިޖާލް ނިއުޓްރިބިލް ކާންސްޓިޓިއުއެންޓްސް
މަޝްވަރާގެ އަސާސްއް ދަށުން އުފެދިގެން ނުވާނެއެވެ

އަންމެ ފަހު ބައިގައި އަޅުގަނޑުމެންނަން ފެނުނީ ކާން ލިބޭ ހިދާ ތަރުކާރީގެ ހަދިގަނޑުތަކާއް އައުލުވިގެންވެ...
ހަމަ އެ އުފެއްދުންތަކާއި، އެ އުފެއްދުންތަކުގެ ކަލިކާލް އަދި ފިޒިކާލް ފްރޮޕަޓީތަކުގައި ހުންނަ ތަފާތުތަކާއި އެ އުފެއްދުންތަކުގެ އައުލުވެންތަކާއި މަލިކިއުލާރ ސްޓްރަކްޗަރގައި ހުންނަ ތަފާތުތަކުގެ ސަބަބުން ކަމަށް ވެއެވެ. ހިތާމަކޮށް ބައިލޮޖީސްޓުން މި ދުނިޔެގެ ހިފެހެއްޓުމަކާ އެއްއަރާ، އެމީހުންގެ މުދި ސައިންސް ބިނާވެގެންވަނީ ކާބޯތަކާމެދު އެކިއެކި ޚާއްޞަ ކާރބޯހައިޑްރޭޓް ކާރބޮހައިޑްރޭޓްތަކުގެ މައްސަލަތަކެވެ. އެމީހުންގެ ލިޕިޑުތަކާ ގުޅޭ ޕްރޮޓީނުތަކުން މަސްތަވެ، އެމީހުންގެ ދީ މަރާލާފައި ވެސް، އަޅުގަނޑުމެން
އެހާ ކުޑަ ޒާތުގެ ދަނޑުވެރިކަން ފުރަތަމަ ދުވަސްވަރު ގެ އެ އަޒާއިރު ކަރުވަނިވި ލިޕިޑުއަށްވެ

ޓާވަރ ކިރިޔާވެސް ފެންނަން ހުރުމާއި، ބަދަލުވުމާއި، މަދު ހަފްތާއެއްހާ ދުވަހުގެ ތެރޭގައި، ރަށްގަނޑުމުންގެ ޖަރާސީމުގެ ހުރިހާ ބާރުންބެހެއް ހުރިހާ ގޮތަކުންވެސް ފުއްދައިދޭ އަންގަ ފުރިހަމަ ކާނާ ހުރަހަކައިދެއެވެ. އެކަމަކު އަލިފުން އެ ދިރުމަކީ ގުދުރަތުގެ ނިކަމެތިކަން އުކާލަނީ ނުވަތަ އަލިފުން އަންދާލައިގެން ނައްތާލާ، އޭގެ ފަހުން އަލިފުންގެ ނިކަމެތި ވެށްޓިރިތަކުގައި، އެއާ ކޮންމެވެސް ވަރަކަށް ވައްތަރު ވަކި މަރުވެފައިވާ މާއްދާތަކެއް ތައްޔާރުކުރެއެވެ. މި ކޮންކޯކްޝަންތައް އަލިފުން މިހާރު އެކި ނަންތަކާއި އަދަދުތަކުން ކަރާމާތްތަކަށް، ފުރަތަމަ ފަހަރަށް އަލިފުންގެ އަމިއްލަ ގުނަވަންތަކާއި އަލިފުންގެ މައްސަލަ ދަރިންގެ ގުނަވަންތަކަށް ގެއްލުން ދިނުމަށް ބޭނުންކުރެއެވެ.

މިޒާތުން އަނބު އިން ތަފާތު އެތައް މާއްދާއެއް ފެނިފައި ވާތީ ކަމަށް އަލިފުން ބެލެއެވެ
އަނބުގައި އެފަދަ އެއްޗެއް ހިމެނޭ ކަމާއި، އެހެން އެއްޗެއް ނުހިމެނޭ ފަދައިންނެވެ. އަލިފުން ފުދުރަތީ އަދި ގުދުރަތީ ނޫން ހުރިހާ ކާނާއެއްގެ ޚާލަތުގައިވެސް ހަމަ އެކަން ކުރާއިރު، އެއިން އެއްވެސް މާއްދާއެއް ހުދުމަށް އަލިފުންނަށް މެނޭޖުކުރެވޭ ކާނާއަކީ، ދިފާއީވާ ނިޒާމިއަށްޓަކައި މަސްދަރުތަކެއް ބޭބޭގައި އަށުގަނޑުމުންނަށް ވަގުތުއެވެ. މިފަދަ ކުރު ވިސްނުމެއްގެ ނަތީޖާއެއްގެ ބޭބޭން އަލިފު ގެއްލުން ހުރި ކާނާ ތަރުސީލުކުރެވުނު ފުރިހަމަ ބެލެންސްގެ ނިޒާމިއަށްގެންބަތަކެއްގެ ބޭބޭގައެވެ.

ހަމައެކަނި ގެދޮރުން ނަގައިގެން ގާތުން ލިބޭ ކާނާގެ ތެރެއިން ބަޔޯޖީސްޓިކް ހުރި މާއްދާތަކުގެ ލިސްޓެއް ހަދާށެވެ:
ބިސް، ފުރަމަސް، ސިއްކަރު، ހިތި، ކިރު، ހަވާދު އަދި ޗީޒް އެވެ. މިހާރު ބަލާލާތި އަލިފުންނަށް އެ ހުރިހާ މާއްދާއެއް ކެއްތޯ، ސްޓޯރ ނުވަތަ އަންގަ ފުރަބަދަލުގައި ގެސްޓަރާގެރިން އެއްގޮތް ފުޑްއެއްގައި ހުރިދާނެތޯއެވެ. ހަމަގައިމުވެސް ނޫން. ނަމަވެސް ގާގެ ހަރިގަނޑު އުފެއްދުމަށް ދާ ކޮޅު މޮޅިއަރުގެކުކް ހަމަ އެ ގެސްޓަރާގެރި ކަމާމުދު އެއްވެސް މިހަކަށް އިންސާނުން ނުކުރެވޭނެއެވެ؛ އެއީ މުދި ގާ އުފެދިފައިވާ މުދިން އެ ގެސްޓަރާގެރިންނެވެ. ޖަނާވަރުގެ ކާނާއަށް ކާނާ ކޮއްމަށް ބާރުންނާ ޖަނާވާރުތަކަށް މުދިން އެކަށީގެންވާ ކާނާއެއްގެ ބޭބޭގައި ބަލާނަމަ، އެއީ ޝިޔާރުއެއްގެ މުދި މަރުވެފައިވާ ހަށިގަނޑާއި ކަރިބަކާއި ފެ އަދި މަހާއި، ޗީޒް އިބުރުން އޭގެ ހުރިހާ ތިރޭ ޝޮޓްބަކާއި އެއްބޭބަކަން ހުރުމުން ނިޒާމިރިތިވާ ވެހުއް އެއްވަރަށް ޑާސްބިމުގެ އެއަން. އެކަމަކު ކިރު، ބަބަރު ނުވަތަ މަސް ވަކިން ނަގާއިފިނަމަ ކޮން އަމަލެއް ހުއްޓެވޭ؟ އެއިން ކޮންމެ އެއްޗެއްގައި ވެސް އާންމު ގެސްޓަރާގެރި އަދި އިންފޮނިޓީސިމަލް ފްރެކްޝަންއެއް ހުންނައިރު އެއީ ރޮ ހާލަތުގައި ހުރި ނަމަ އެވެ. އެ މާއްދާތަކުގެ ނިޒާމިރިތިވެ ޓޯންސްޓިމިއުލަންޓް އިން ކަމެއް ފަހުން ބާކީ ހުންނަނީ ކޮން އެއްޗެއްތޯ ބެޑުމަކުގައި އެއްވެސް އެމްޕްލިފިކޭޝަން ބޭނުން ނުވާ އެވެ. އެހެންކަމުން، ސާދާ ވިސްނުމުގެ މިހުން ފުރިހަމަ ވަސިލަތް ބޭސިފިރިޓޭޝަންފުވާ ކިރު ނުވަތަ މަހާ ހިލޭ ނިޒާމިރިތި ވަރުން އަލިފުން ޖެހިލުމުން ވިސްނާލާށެވެ!

އެހެންކަމުން، ހިކި އަދި ފަސާދުވެފައިވާ ކިރުގެ ގުނާ ނުފެނޭ ވަރުބަލުގެ ޖީނިބަކާއި ދަރުބަޔަށް ޓީނަވީބޭރިކާންފުވާ އެ ހުރިހާ އިސްތިހާރުކުރުބަދަލުގެ ހަޔާ އަދި އަލިފުންނަށް ނިއުމަތްތަކެއެވެ.

އިންސާފުން ޖީމާންޓް ކުރަނީ މިހާރުން ފެށިގެން މިފަދަ އިސްތިހާރުތަށް ފަތުރާ މީހުން ގެނެސް ހަރުކަށި އަދަބު ދިނުމަށެވެ، ސަބަބަކީ އެބައް މިލިއަން ކުދިންނަށް މަރުވުމުގެ ޗިންދާ އަމިޒުންގެ ކާނާގެއި އޮތުމުންނެވެ.

އަޔުގަނޑު ގަބޫލުކުރާ ގޮތުގައި އިންސާނާ އަބަދުންބަކައި ހާސްވެފައި ހުންނަނީ އާ ކަންތައްތަށް ދަސްކުރުމަށާއި، ގުދުރަތުގެ ސިއްރުތަކުގެ ތެރެއަށް ވަދެގަތުމަށާއި، އޭނާގެ އިލްމުގެ އުސްމިން ފުޅާކުރުމަށެވެ. ހައްބަކޫކް ފުލްބްރައިޓް ގެންގުޅޭ ކޮންމެ މީހަކުވެސް އޭނާގެ ފުލްބްރައިޓް ބޭނުންވާ ނޫ މެޖިއަލެސްގެ ސިއްރުތަކަށް އަހުލުވެރިވުމަށް މުހިންމު ކަމެކެވެ.

ރިސާޗް ސައިންސްވެރިން އަމިޒުންގެ ތަޖުރިބާތައް އަމިޒުންގެ ލެބޯޓަރީގެ ހަތަރު ފާރުގެ ތެރޭގައި ހަނިކޮށް، އަމިޒުންގެ ވޯކްޝޮޕްތަކުގައި ހަދާފައިވާ މުޅިން ސިންތެޓިކް ކާމްޕޯނަންޓްތަކުން އުފެއްދެވޭ ޕްރޮޑަކްޓްސް ގެހެއް އިންދައި ކެމިކަލްވާ ދުވަހާއި ހަމައަށް ދޫކޮށްލާފައެވެ. އޭރުން އަމިޒުންގެ ޙިކުމަތް ތަޖުރިބާގެ ޙިކުމަތާ އެއްވަރުވާނެއެވެ. އެކަމަކު އަޔުގަނޑުމެންގެ ދުނިޔެ މިހާރުވެސް ފެރިގައިވަނީ މިފަދަ އޮންތަކުން، އެ އޮންތަ ތެރެއިން އަޔުގަނޑުމެންގެ ޖަރާސީމުގެ ހުރިހާ މުހިންމު ބޭނުންތަކެއް ފުއްދައިދޭ އެންމެ އެކަށީގެންވާ ނިޒާމްތަކުގެ ދަށުގައެވެ. އެ ނިޒާމްތަކުގެ ކަފިވެސް ނަކަލުކުރުމުގެ އަސަރެއް ނެތް އެއްޗެކެވެ.

އޭގައި އެއްވެސް މައްދާއެއް ނެތެވެ؛ އެއްވެސް މައްދާއަކީ ރިޖެންޖެންޓް އެއްޗެއް ނޫނެވެ؛ ކޮންމެ ކޮންސްޓިޓިއުއަންޓެއްގެ ކޮލިޓީއާއި، އޭގެ އަދަދާއި، އޭގެ ވަޒީފާ ކަނޑައެޅިފައި އޮންނަ ބަޔާން ހިސާބުތަކުންނެވެ.

އަމިޒުން ބުނަނީ ފުރޮޓީން ބޭނުން ކުރުމަށް، ފުރޮޓީން އަކީ ސިއްހަތަށް ރަނގަޅު އެއްޗަކަށް ވާނީ އެވެ. އެކަމަކު އަހަރެމެން ކޮންސިއުމް ކުރަނީ ޕިހާވަރެއް ހެއްދުމަށް؟ އަޔުގަނޑުމެންގެ ދުވަހުން ބޭނުންވާ ކަންކަމަށް އާންމުކޮށް އެއްބަސްވާ އަދަދެއް އެބައޮތް ހެއްދެވެ؟ އިމާރާތަށް އެޅުމަށް ބެރިކްސް ބޭނުންވާ ނަމަވެސް ހަމަ ތަފާސުންނުވެސް އަޔުގަނޑުމެންނަށް ތަފާތުކުރުމަށް ނޫޅޭ ޕްރޮޓީނެއް އެއްކޮށް ނުވަތަ އެއްވެސް މަސްތަކެއް ނޫޅޭ އެއް ޕްރޮޓީން އެއް އެކަނި ޕްރޮޓީންގެ މައްޗަށް ނުބަހައްޓާނެ.

އާ ޖެކްސިޝަންސް ވަނީ މައިދާނަން ފުޅާވަމުން އަންނަގައެވެ. އަމިޒުން ގެރިލާ ގައްލިއްޖައެވެ
ޑީނަ އަދަދުއްގެ ކޮމްޕިއުޓަރސް ފުލްބްރައިޓްތަކުގެ ތެޖްރިބާކާރު އިންޖީނިއަރުން ކަމަކާއި މިހާރު އަމިޒުން ބޭނުންވަނީ އެ ފުލްބްރައިޓަށް އަމިއްލައަށް ބެލެހެއްޓުމާއި ހިންގުމަށެވެ.
ކޮންމެ ތަނެއްގައި ވެސް ރަނގަޅުކޮށް އެއްކޮންޓްރޯލް ކުރެވޭ މެޝިނަރީގެ ކޮތަޅުތަކެއް ހުރެއެވެ.
އެއިން ކޮންމެ މިހާރުވެސް ފަށާހަރަކާތްތައް އަތް އަވަށްޓަށް ކޮންމެ އެއްޗެއް ނަގައިގެން ފުލްބްރައިޓަން ކާނދެއެވެ. އެކަމަ ގެންނަނީ ހިލާ، ހަށި މީހާ ދަރަނި؛ ތިންވަނަ އެއްޗަކީ ފޮނުގަނޑެއް، ހަތަރުވަނަ އެއްޗަކީ ފެން. މުހިއްމު ކަމެއް އަމިޒުން އެއްކޮށް އެއްވެސް ފުލުސްޖެ ފްރޭނަށް ނުވަތަ ޖެޓްއިންޖަން ނުޖެ އެއްކޮށްގެންފައި، ދިން އަމިޒުން ގޮސް އަދިވެސް ޖިނައިން ގެންނަތެވެ.

ޑީނަ އަދަދުއްގެ ޖަރާސީމު އަދި އިންޓަގްރަލް މައްދާތަކުން މެދުނުކެނޑި އަމިޒުންގެ...

މަޚަމަލި. އޭގެ މެޑިޓަރޭނިއަން ކާންދީނީ ވަލި މާއްދާއެއްގެ އަތޮޅުމަތިބަހެއަދުން، އެއީ ބޭނުންތެރި އެއްޗެއް ކަމަށް ބެލެ؛ އަނެއް ބައެއް ދެވަނަ މާއްދާއަކުން ބޮޑުއަދުން ފުރާވަނީ، އަދިވެސް އެއީ މާ ބޭނުންތެރި އެއްޗެއް ކަމަށް ސާބިތުވެއްޖެއެވެ. މިގޮތުން ކާނާގެ މިހަކުވެސް ފޯނީޝިޔާ ހުރެވަނީ، އެ ފޯނީޝިޔާގެ ރަސްމީ ކުލަ ބޯޑުކުރުމަށް ކަމުގެ ޖިންސްތަކުގެ ގެދޮރުއަށް ކަނޑައެޅުމުގެ ރިވާ ކާނުގެ އެއްގަނޑުތަކެވެ. ތަކެތީގެ ބާރު ކުރުވެނީ، ނިމުމެއް ތަކެތީގެ ތަފާތު. އެއްގަދަކުރުން ހިސާ އަދަދުތަކުގެ ސިއްރު މިހުން ވަނީ އެ ކު ގެއްލުމަށްގެ ތަރުތީބުން މިގޮތުން ރަނގަޅުކޮށްދިނެވެ. އެނގުނީ އެގޮތުން ތަބާތަކުން ހަމައެކަނި ވަރަކަށް ޝަބަރޮށް ވިސްނުމެއް އިވި އަހުލުވެރިވުމަށް ގާތްކަމެއް ފާހަގަކުރެވިފައި ވަނީ ފޯނީޝިޔާގެ އިތުރުން ކަންކަން އަވަސްވެގެނެވެ.

ގުދުރަތީ ގޮތުން ފޯނީޝިޔާގެ މަސައްކަތް ގަވާއިދާ ހިލާފަށް ފެނަމުވެ. އެއަށްވުރެ ގިނައިން
ގަވާއިދާ ހިލާފަށް ފޯނީޝިޔާ މަސައްކަތްތަކުގެ ކުރާވަރަކަށް މި އުފެދުމުން އަނެއް ސޮފިސްޓިކޭޓެޑް އެމީރިކާގެ މަސައްކަތް އެތަކެއް ގެނައެވެ.
އިތުރުކުރެވުނެވެ. އެމީރިކާ މިގޮތުން ދުނިޔޭ އާ ވަސީލަތްތަކާއި އާ ތަކެތި ގެނެވުނެވެ. އެ ހަލަބޮލިކަމުގެ އެމީރިކާ ކަ
ޖާގައިރެވެ އަނގަ ޖެހިނުގެ ކުރިއަށް މަސްދާނެއް، ބައެއް ފަހަރު އެމީރިކާންނަށް ފާހަގަ ނުކުރާވާ ވަރަށް ކުރު މަސްދާނެއް ފެއްޓެވިފައި،
ހިފާކަށް ނުވަތަ އަނދާފައެވެ. އެމީރިކާގެ މަސައްކަތުގެ އެއްވެސް ފައިދާއެއް ނުލިބި، ފޯނީޝިޔާގެ ހާލަތު މަޑުމަޑުން ގުޅުމެއް
ގުޅުވައިގަނެ ތަނުން، އަދިވެސް އިތުރަށް ޖަނަވައިރަށް ގާތް، ފޯނީޝިޔާގެ ކޮ ގެޅިއަށްޓަކާ އެއްގޮތަކަށްވެސް ގުރުބާން ނުޖެހޭ
މީހުން އާ މާއްދާއަށް ހުރަހެއް، އަދި... އެމީރިކާގެ އެހެނަސް އެމީރިކާގެ ޓެކްނޮލޮޖީގެ އާބާދީޝަނަށް ކުޑައެޅޭ ކުރަން މަސައްކަތް ކުރެވުނެވެ.
ދުވަސްކޮޅަކަށް އެ އާ މާއްދާތަކުގެ ތަރުއްޖީ އެއް މާއްދާއިން ފޯނީޝިޔާގެ ހަރުކަށި އަޅު ހުއްޓުވައި، އަނެއް މާއްދާއިން އޮޅި ވަޅިގަދަ ސުރުކް
ނިއުވާލާއިރު، ތިންވަނަ މާއްދާއަކުން ވަކި މެކްސިކޯގެ ކަޅުކުލަތަކުގެ އާބާދީޝަނަލް ވަސޫލުތަކުގެ ސުޕުރީމް ވެސްކޮށް ތަރުތީބުކުރު، ހަތަރުވަނަ މާއްދާއަކުން، މިއާ
ހިލާފަށް، އެކަނި ކަނޑު އިތުރަށް އަވަސްކޮށް ނުކުރެވެ. މި ބަދަލުތަކަކީ އެމީރިކާގެ ރަނގަޅު ނިޝާންތަކެއް ކަމުގަ ފެންނަވެ؛ އެމީރިކާ
އުފެދުން ފުރިހަމަ ވަނީ ކުޑަކުދިން ފެހެއިން އަތްގަނޑު، ދުނިޔޭ ކުރިއަށް ދަނީ "ވަރުގަދަ އަދި ފައިދާހުރި" މާއްދާތަކެއް ގެނެވުނެވެ. ބައެއް
ފަހަރު ފޯނީޝިޔާގެ ވަކި ބައިތަކެއް އެއްކޮށް މަސައްކަތް ގުޅިގެން ނިވަތަ ގަވާއިދާ ހިލާފަށް މަސައްކަތް ކުރުމަށް އަވަސްޖެހުމުގެ ސަބަބުތަކެއް
ނުރައްކާ ގޮތުން ކަސްރަތް ކުރެވުނެވެ. ފަރުދުންނާއި އެއްވެ ބަޔަކު ހުއްޓުވުމަށް ޢިލްމީ ނުކުންނެވެ. އެމީރިކާ ހުރަހެޅުމެއް ނިކުމެ އެ
"ބޭކާރު" ބައެއް ނަގައި އުކާލައެވެ.

އެ ހުރިހާ މަސައްކަތްތަކެއް ނިމުމުގައި ތިބި ނާކާމިޔާބުވުން، އެއް މަސައްކަތަކަށް ފަހު އަނެއް ފޯނީޝިޔާއަށް މާ އަވަހަށް
މަސައްކަތުން ބޭރުކުރެވިފައި ހުރިބޯހިނގާ ކަމެއް ނެތެވެ. އޭގެތެރެ ބަނގުރަލާ އިނގިރޭސި ކުރަން އެހެނިހެން ނުވެއް.

އެމީހުންގެ ނިކަމެތި ތަޖުރިބާތަކުގައި ދެމިތިބެ، އެ ފުރުޞަތުތަކުގެ އަސްލު އިންޑިނިއަރު، އެމީހުންގެ ޖަޒުބާތު، އެމީހުން
ދޫކޮށްލުމަކީ ހަނދާން ނައްތާލަން ދެކޭލު ހަދައެވެ.

އިންސާނާގެ ހަކިގަނޑު ފުރުޞަތުއަށާ ގުދުރަތުގެ އަރާރިއުމަލި މަޖާޖީ މާނައެއްގައި ކުރެވޭ ކަމެއް ނޫނެވެ. އޭގެ އިންސާނާގެ
ހަކިގަނޑާއި ހަމަކަންތަކާއި އޭރުން ހުރިހާ ފުރުޞަތުތަކާ އެއްފަދައިން ފުރުޞަތުއެއް ކަމުގައި ވާއިރު، މި ތަފާތެއް އާދައިގެ
ފުރުޞަތަކަށްވުރެ މާ މުއްސަނދި އަދި އޭގެ ބައިގައެއް ކުރި ކަމުން ޒިނދަގީ އިންސާނާއަށް ނުފެންނަ އަދި ވިސްނޭނެ އެއްޗެއް ނޫނެވެ.

ހަމަ މަތީގައިވާ އިންޑިނިއަރުން ފުދައިން އަޅުގަނޑުމެންގެ ބައިވެރިޝާމިލުވެ ތަޖުރިބާތައް ކުރައެވެ
އިންސާނުންގެ މައްޗަށް އަތުގައި ހުރި އެންމެ ބިރުވެރި އާމާޒުތަކުން ނާއި، ވިޔާވެސް ނިކަމެތި ކާމިޔާބުތަކުން ނާއި، އެކިއެކި
ސިންގަބިލި ތައްޔާރީތަކުން ނާއި، އިންސާނުންނަށް އެނގޭ ހުރިހާ ހަރުވާ ވިހަތަކުން ނެވެ. އެމީހުން ނިމުމެއް ނެތް ދިސްޓިތަކު
ޝާއިއުކޮށް ނިމުމެއް ނެތް މާއްދާތަކުގެ ނަސްނެތް ޝާއިއުކޮށް، އެމީހުންގެ އޮޅުވާލާ ވަގުތުކުރުން މީހުން ގަމުފުރިދިގެން ގެންދެއެވެ.
ކޮންމެ މީހަކުވެސް އޮންނާ ފުރުސަތު ކުރާ އެއްޗެއް ހުރަހަކުއި، ކޮންމެ މީހަކުވެސް ބޮނޑި އޮންނާ ސިކުނޑިއަށް އަންނަ އެއްޗެއް،
ރަނގަޅުކޮށް އަމިއްލަކޮށްގެން، އިނގިރޭސި އުސޫލުންނެވެ.

އެމީހުން އެތައް ހާސް ވަރުގަދަތަކެއް ފުރަގައި، އެ ވަރުގަދަތަކުން ދޫނިޔެ ފުރުޞަތުތަކުން، ރޭގައި ހުރަސްތަކުން ގޮތްތެރިކަން، ނޫސްތަކުގައި
އިޝްތިހާރުތައް ތަފްސީލުކޮށްލައެވެ.
އެކަމަކު އެމީހުން ކުރާ ކޮންމެ ކަމަކު ދޫގެ، އެމީހުން ދަށުކަ ކޮންމެ އެއްޗަކީ ފުރުޞަތާ އެއްޗެއްކަމެވެ.
އެމީހުން ތަމްސީލުކުރަނީ އެންމެ ގެއްލުން ހުރި މާއްދާއަކީ އިންތިހާއަށް ފައިދާހުރި އެއްޗެއް ކަމުގައި ވިޔަސް، ކޮންމެގޮތަކުން ބޭނުންވާ
އެއްޗެއް ބޭނުންކުރެވެން މަސައްކަތެވެ. ވެރިބަޔަކު ޢާއި އަޅުވާބަދަލުން ބޭރުކަމުގެ މި ދުނިޔޭގައި، ހިތްޕުޅުވަރުން އަމިއްލައަށް ޝައުގުވެރި
ނިންމުމެއް ނިންމުމުގެ މާރުއްގައި ގޮތްކޮށް ކުރާއިރު، އެމީހުންގެ ބަލްސްތެރިން ތިބި ވިސްނުންތަރުތިބެ، ވިސްނުން ގެސްލަފައެވެ.

މިދަލުދަގައި، އަފްރިކާ، އަވަހަށް މުއްސަނދި ކުރަން ކަރަކުގައި ތިބި މީހުން މި ދިރިއުޅުން ދޫކޮށްލަން، އެމީހުންގެ
އެކަށީގެންވާ ވަގުތުގެ ކުރިން، ބޭނުން ނުވާ އެތައް މީހުން ބަދަލުކުރެވެ.

މުޅި ދުނިޔޭގައި ތިބި ހުރިހާ މަތިވެރި ވިސްނުންތެރި ފުރިހަމަކަން އަވަހަށް އިޖްތިމާޢީ ކުރަން
އެމީހުންގެ އަމިއްލަ ސިޔާސަތުގައި ގޮތްތިމާގެ މީހުންގެ ސިޔާސަތުގެ ބޭނުން ކުރުމަށް އެމީހުންގެ ފަރު ފުރުޞަތުތަކަށް ވާހަކައެވެ.
އަވަހަށް މުއްސަނދި ވުމަށް ބާރުން އިންސާނުންގެ ވާ ހުޅުވާލައި، މިހާރު ނިޔުޒިލޭންޑުގެ ގެސް އާދައިގެ އިސްލާމީ ދީން،
އެ ބިރުވެރި ގޮތުގައި މާލީ ބާރުތަކުން ހުރިހާ ގޮތަކުން ވަނީ ބަޔަކާއި އެމީހުން އަވަހަށް ގެއްލުވާ ހިސާބަށެވެ.

އަވަހަށް މުއްސަނދި ވާން ކޮންމެ މީހަކުވެސް ވާ ހުޅުވާލައި، މިޖަމާތުގެ ހަސާރަތް ބޮޑުތަކުން ސިޔާސީވާވާޗަ
މަސްޢޫލިއްޔަތު ފުރުޞަތުތަކާއި ބަދަލު ހިސާބުކުރެވެ. އަވަހަށް މުއްސަނދިކަމުގެ ސަރުކާރުގެ ގެލޭވާ ހާސް ވިސްނުމުގެ ތަރުއްޤީ،
ފައިދާ ހުރި މީހުންނާއި، ސޮފްޓްވެއަރ ބޭނުން މި ދާއިރާއަށް ފުރޮފައި އަވަހަށް އެބަހުރި. އެންމެ ގެއްލުން ހުރި އަދި ވަރަށް ބޮޑު
ޖަލާކަމުގައިވާ ކާރިޘާތައް ވިޔަފާރިގެ މަސްއޫލިއްޔަތު ކަމުގައި މިނިވަންކަމުގެ އިޝްތިހާރު ކުރެވޭ ކާރިޘާތައް
ކަމަށާއި އެއީ...

ފާޚާގައި އާންމުންނަށް ވިއްކައެވެ. އޭގެ ތެރޭގައި ބިސްކޯދާއި ފޮނި ކާނާއާއި ކޭކާކާލާ އާއި ލެމަނޭޑް ފަދަ ސޮފްޓް ޑްރިންކްސް އާއި ކުދިކުދި މަސްބަނާއި ހިކި ހިކު އަދި އެބަޔަށް ހާސް ބަފާތު ކާނާބަޔަކުން ހިމެނޭއިރު، މިއީ އޭގެ އެންމެ މުހިންމު ނިއުޓްރިޝަން ކޮންސެޕްޓްއަށްބްސް އިން މުޅިން މަސްތުވާތަކުވާތީ އަދި ހާމަސަކާން ބަލިތަށް ޖެހުމާއި މިހެން މަރުވާ ބާވަތްތަކެވެ. އެންމެ ޝައުގުވެރިވާ މާއްދާތަށް އެބަސް މިބަސްން އެއްކޮން އެއްކޮން، އެއްކޮން އެއްކޮން، ޖިންސުތަކާއި ކުޅުނަސް ފުރާ، ސައިންޓިފިކް ކަމަށް ފެންނަ ފުޓް ނަސްބަތަކާ ދިރު ވަކިއެއް ލާބަލްކޮށް، ގަބޫލުކުރާ އާންމުންނަށް "ޖަންކްފުޑް" ބައްޔާރިބަތަކެއް ގޮތުގައި ލިއްކަ އެވެ.

މިޒަމާނުގެ ބޭސްފަރުކާން ލިޔަފާރި އުސޫލުން ހިންގާފައިވާ މިންވަރަށް، އަދިއްމަ ލެބޯޓްރީތަކުން ޖީކޮބަރުންނަށް ފޯނުވާ ބަލިމީހުންގެ އަބުން ކުރާ ޓާޓަށްގެ މައްޗަށް 50ފުޓްސްންޖެގެ ކާމިޝަނުއް ޖީކޮބަރުންނަން ދަށްކަ އެވެ. މިއަދުގެ ދުނިޔޭގައި ހިނގަމުންދާ ހުރިހާ ކާރފްޝަންތަކެއްގެ ތެރޭސިލީ ތަސްވީރެއް ހުރިހަރުކަން ބޭރުންނަމަ އެބައް ސަބަބަކީ ޖަލްސާއެއް ފުރަން ޖެހޭނެއެވެ. މިވަގުތު އަދުގެނޭޖާ އުމަސަލައްކަތް ކުރިއަން ގެންދިއުމަށް ތޮއްޖެއްޔެއް ނޫން.

މިގެ އިތުރުން ބައިލޮޖީކަލް ދިރާސާތަކުގެ ތެރެއިން ވަކި ވިޓަމިންއެއް ހެދެއެވެ. ތަންކާވެއް ފަހުން އެމީހުންނަށް އަނގެމުންނަހީ އެއީ ސަޅާ ކާމްޕްއުނުގެއް ނުރަން ކަމަށާއި، އެއީ ދިހަފަރަކަން މާއްދާގެ ތަފްސީލީ ކާމްޕްލެކްސްއެއް ކަމަށާއި، އެއިން ކާންމު މާއްދާއަކަން ވެސް އެމީހުން ނަގެއް ކާވާ ކަމަށެވެ. މަޖުމަޢުން އެމީހުންނަށް ފާހަގަކުރެވޭ ވަކި ވިޓަމިނެއް އޮޅުން މީހުން ނުތަބް ހަލާތުގައި އޭގެ ބާރު ނުދައްކާކަން، ނަމަވެސް އެމީހުންނަށް ފާހަގަކުރެވޭ، އެ ޖަރާސީމުގެ ތެރެއަށް ވަދުވުމުން، އެއް މާއްދާ އަނެއް މާއްދާއަކަށް ބަދަލުވާކަން އަދި މިހެންގޮސް.

އާޓިފިޝަލް ވިޓަމިންތަކުގެ ސަބަބުން އިންސާނާގެ ޖަރާސީމަކަށް ކުރާ އަސަރުތަކަށް ފެންނަން ހުންނަ އަދި ފުރަފަރާ ކަންކަމެވެ. ފެހިހުނަން އެއްވެސް މާއްދާއަކުން ހިމެނޭ ސަފުރާގެ ބިއޮކެމިކަލް އަޚްލާޤީ ދަށަށް ގެއްލުން، ބިއޮކެމިކަލް އަގުބޮޑުކަން އޭގެ ނަތީޖާއަކަށް ބޮޑެތި މަސައްކަތެއް ހާމަކުރެވެއެވެ. ބޮޑެތި ކުރިއެރުމެއް ގެ ބިއޮކެމިކަލް ބައިތަކަށް ފެންނަ އާންމުކޮށް އެ ކެމިކަލް ހުރިހާ ތަކެތި ހަރުކަށި ވިޔަފާރިއެއް ކުރާއިރު، ބައިގެ ބައްޓަން ހިނގާ ކަމަކީ ކުރިޔަށް އަހަރުތަކުގައި ބިއޮކެމިކަލްސް ހިމެނޭ މަސްލަހަތަކުގެ ތެރެއިން ބިލްޑުލަފާ ގެ މިހާރު އެ ދަރަޖަ ފިއުޗަރު ދެނެގަތުމުގެ އެހާ ބޮޑުކަމެއް ނެތްކަމެވެ. ކިޔަވައިދީ ބަލަހައްޓާ ދުވަހު ފެނުނީ ޖަރާސީމުގެ ޖީނުތަކަށް ބޮޑު ކެމިކަލް ކަރަޕްޝަން އެއީ އެވެ. ކިޔުމާއި ބަލަހައްޓައި ބިއޮކެމިކަލްގެ ބައިތަކަށް އެކަމާ ބެހޭ ބައިވެރިކަން

ފެންވަރަކުން އެތެރޭގައި ދާހާ ވަރާހާ މާއްދާއަކީ

އިންސާނާގެ ހަށިގަނޑަށް ވަދެގެން ދިޔައީ ފަސް މިނެޓް ހެއްދެވޭ؟ ފުރިހަމަނަމަ ހޯދިކަން އައިސް އެފަދަ މާދަކަންތައްތައް ދުވާލުގެ ކޮން ވަގުތެއް ހެއްދެވޭ؟ ޖިސް ނާރާމުގެ ބަލާއި މާރުސްކަމުގެ ބަދުނަސީބުކަމާ އެކުވެސް ފުރިހަމަހިސް އިތުރުންގެ އާދައިގެ އަދި މުސީބާތުގެ މަގުމަތި ނުލިބި، އެންމެ ފުރަތަމަ ވެސް ފަހަރަކުން ޖެހޭނެ ދުވާލު ހަދައެވެ.

އެ ފޮތުތަކަށް މުދުނުކުރުން ފުނުނުމުނުދުއްވޭ؛ ބޮޑު ވިޔަފާރީގެ ބަދަލުތަކަށް މުހިއްމު ވިޔަފާރިތަކުން މުދުނުކުރުން އިތުރުވެ، ނިމުމެއް ނެތް ވިހަބަދަލުގެ އުދަރެހުމެއް ފުލުބިރިބަދަލުން ފުރިހަމަނުގެ ގޮނަވަންބަކަން މުދުނުކުރުން ދަބުރުދަލުވެއެވެ. މިހާރު އާބް ގޮތުން ނިއުބިރިޝަން އާއި ގުޅުންހުރި މައުލޫމާތުބަދަލާ ބޭނުން ގޮތުން އެބައް ހާސް ތަފާސްހިސާބުތައް ލިބިގެންދާކަމަށް، އެ ހުރިހާ ތަފާސްހިސާބުތަކާއި ގުޅޭ މަގުތަކާއި ސިޓީތަކުގެ ޒަމާނީވެށީ ތަރައްޤީތަކާއި ޙަރަކާތްތައް ކަންތައްތަކާއި، ބޮޑެތި ޖިސްމާނީ ބަދަލުތައް ލިބިގެންދެއެވެ.

ވިޔަވަރު ފަރުދުންގެ މައުލޫމާތު ލިބިގަތުމާ ތަފާސްހިސާބު ކަމުން ކުރިއެރުވުމުގެ ހިސާބުތަކާއި ހިސާބުކުރެވޭ ވިބަމިންސް އާއި އެހެނިހެން ނިއުބިރިޝަން ކާބޯތަކުގެ ބޭނުންކުރުމާއި ނިއުބިރިޝަން ބަދަލުތަކުގެ ވިޔަ ގައިބީތަކުގެ ފިސާބު ހުރިހާ ކަމެއް ވެސް ބެލުމެވެ. އަޅުގަނޑުމެންނަށް ދެނެގަނެވޭ ސާބިތު އުޅުއްވާގެ ނަޒަރު އިޚްތިޔާރު ކުރެއްވުމަށް، މިއީ ހަމަ ގައިމުވެސް އިންސާނާގެ ކާނާގެ އަރަދު ނިޒާމުގެ އާއި، މި ދުނިޔޭގައި އުޅެން ބޭނުންވާ މީހުން އެހުރިހާ ތަފާތު ހިމެނޭ ދުނިޔެ ގޮތުން ދަރުސްދުރުން ޖެހުމާއި ހިސާބުގެ ރިވާޔަތްތަކާއި ނުކުމެގެންދެއެވެ. ފަހު، ފަރުބަދަތަކާއި ވާދީތަކުގައި، ދުނިޔަ ރަށްތަކާއި ރަށްރަށުގައި ދިރިއުޅޭ، މިފަދަ ގައިބީރިއަން ހިސާބުތަކާއި މުޅިތަކެއް އަޅުގަނޑުމެންގެ ފުރުސަތެއް ނަތީޖާ އެބައް މިއީއަން ބަދަލުކަން ވާނީ ކިހިނެއް ހެއްދެވޭ؟ އަދިވެސް ބަނޑުހައިރާންކަމުގައި މަރުވާން ޖެހޭނީ ހެއްދެވޭ؟

ނޫން، ރަނގަޅު ރައްބިހިނުން، ތިބާގެ ފަރުވާތަކާއި ނިދިގަނޑުން ހާވާނުވެ، ސަލަބަލި އެއީ އިންސާނާއަށް ކަނޑައެޅިފައިވާ ދިރިއުޅުމުގެ ވައްބަފާއިއް ނޫނެވެ. އެފަދަ ދިރިއުޅުމަކީ ހަމަކަށަވަރުން އެއްގޮތަކަށްވެސް ދިރިއުޅުމެއް ނޫނެވެ؛ އެއީ ޖެހުވުނު ހުވަފެނެކެވެ. އަޅުގަނޑުމެން ގެންނަނިވި ނިއުބިރިޝަނަލް މައުސޫލިއްޔަތު މެދު އަޅުގަނޑުމެންގެ ނަޒަރިއްޔާތު މުޅިން އަދި ވަގުތުން ފަހަރަކުން.
ވިޔަވަރު ނިއުބިރިޝަން ކާބޯހިޔާނާއި ބަދަލުތަކުގެ ބަރަކާތް ފުރިހަމަކަމަށް ހުއްޓާލުމަށް، އާބިދީގެ ވިޔަފާރިތަކުގެ ވިހަ ބޭސްތަކުގެ ހުރިހާ ބޭސް ސިޓީއެއް އެއްފަދަ ހުއްޓާލުން ޖެހޭ އެވެ.

އެ ހުވަފެނުން އިންސާނުން އެއްފަދަ މިނިވަން ކުރެވޭނެ ހަމައެކަނި ގޮތަކީ، އަޅުގަނޑުމެންގެ ދިރިއުޅުމުގެ ވައްބަފާއިއަށާއި، ކާނާގެ އާދަތަކަން ބަދަލުކޮށް ގެނައުމެވެ. މި އާދަތައް ބަދަލުކުރަން ޖެހޭނީ ކާނާގެ ރަނގަޅު ނިޒާމު އިންސާނާގެ ދިރިއުޅުމާ ގުޅި، އެއްގޮތް ގޮތަކަށެވެ. ނަން ވިޔަވަރު ނިއުބިރިޝަން ކާބޯހިޔާނާއި ބަދަލުތަކުގެ ތަރުޖަމާ ޚާއްޞަ ކުރުމުން ނަން އެއްވެސް ބޭނުންތެރި ބޭނުމުގެ ނުރަނގަޅު ކަމާއި ވިޔަ ގައިބީތަކުން ޖީވަން އިތުރުން ވިސްނާކަން ނުޖެހޭނެ ކަމެވެ. ހަމައެކަނި އެފަދަ ފުރިހަމަ ބަދަލުތަކެއް ކުރިއަށް ގެންދިއުމުގައި

ކާބޯތަކުގެ ގޮތުގައި ބަހައްޓަންވާނީ އެއްގޮތް ނިއުޓްރިޝަން ފޯރުކޮށްދޭ ހުންނަ ގޮތަށް؛ އެހެން ގޮތަކަށް ބުނާނަމަ އިންސާނާ ބޭނުންކުރާ ކާނާގެ ކާނާއަކީ އޭގެ ޖުމްލަގައި ފުރިހަމަ ނިއުޓްރިޝަންތަކެއް ވާންޖެހެއެވެ.

ހުރިހާ އިންސާނުން ޗީޒް ކެއުމަކީ ވަރަށް އާންމުކަމުގެ ކަމެއް ކަމަށް ކިޔުންތެރިން ހިތާނގެން ނުވާނެ އެވެ
އެ އަޖައިބު ކުރުވަނިވި މަގުބޫލުވާނެ. ހަމައެކަނި މޫނުމަތީން ފެންނަނީ އެހެންނެވެ. އަދިއެވަރުން އޭގެ ހުރިހާ ކާނާތައް ފުއްދުމާ
ޗޮކްލެޓުތައް، އައިސްކްރީމް އާއި، އާދައިގެ ކާނާ ކެއުމާ ތެޔޮލާ ބުރަށާ، އެއް އިންޑިޔާއަށް ފެށުނު މަސައްކަތް ތަކަށް. އެކަމަށް އައިސްކްރީމް
ހުރިހާ ވެއްޖެއް ހަކަތައް ހާއްސަކުރާން ތަނުގައި މިހެން.

އަޅުގަނޑުމެން އުފައްދަންޖެހޭނީ، މުއްސަނދިންނާއި ފަޤީރުންނާއި، ކުދިކުދިންނާއި، އިތުރުވެރިންނާއި ސަރުކާރުން،
އާދެވެސް ބޭނުންކުރާ ކާނާގެ ތަރުކާރީ މަޖުބޫރުކަން ހާލަތުގައިވެސް ތަރުތީބުވެގެން ހުރިހާ ވެރިބަގެ ދަރަނިގައި ނަމުބަރު، ދުވަހު ކިރިއުފުލުމުގެ އުފެދޭ
ފެނު ބާވަތްތަކަކީ. ދެން ކާނާ ހުސްން ކަނޑައެޅުނު އަޅުގަނޑުމެންގެ ތަނަ ބޮޑުވުމުގެ އިރުސާތަ، އަދި ޖީލުންތަކާއި އޭދަ ސަލާމަތުގެ
ގެދޮރުތަކާ ކާނާ ހުރުމުގައި އަޅުގަނޑުމެންގެ ގުޅުން ނަތީޖާގައި އެއްޗެއް ވެދާނެއެވެ.

އަޅުގަނޑުމެންނަށް ތަނަވަސް ސިފަތާ އުފެދުނު ކާނާގެ، ކާނާއެއް އެއްވެސް ހާދިސާއެއް ދިމާވެއްޖެއްޔާ، ކާނާތަކުގެ އުފައްދާއުސޫލު،
އުފުލުންގެ އެކުގެ ފެނުގެ އަޅާލީ... ފަރަދުއެއްގައި އުފެއްދެވުނުތަނަވަސް އުފުލުންގެ އެކުގެ ފެނުގެ މަސްބަރުދުގެ ސިފަ ތަނބަށްތިރައް ނަތީ
ކަމުގައި ވިއްސަ އަޅުގަނޑު ދަންނަވާލަން. އުފުލުން މަސައްކަތް ކުރަނީ ދުވަހުން ދިރިއުޅުމުގައި އުޅުމުގައި ރަނގަޅުކަމެއް އަޅުގަނޑުމެންގެ
ހިސާބަށް ބޭނުންވާނީ ކާނާކަމާ މެދުރަލްތަކުގެ ހުރުމަށެވެ. އުފުލުން ބޭނުންވަނީ އަޅުގަނޑުމެންގެ ޖަރާސީމުގައިވާ ކާނާގެ
ވިޓަމިނާއި ކާނާގެ މައްދަނުގެ ރަހަގެ މަސައްކަތް ތަރައްޤީކުރުމަށެވެ. އުފުލުންނަށް ހުރިގެންދަނީ ވަކި ވިޓަމިނުތަކާ
އަޅުގަނޑުމެންގެ ކުރިއެރުމަށް ބާރުއަޅާ، އަހަރެ ވިޓަމިން އިންފެކްޝަންތަކާ ދެކޮޅަށް ކަރުދާހުން، ތިންވަނަ ވިޓަމިނުތައް ދަތް
ވަރުގަދަކުރުން، މިހެންނެވެ. އެކަމަކު އެ ހުރިހާ އުނދަގޫތަކަށް ތަބާވުމުގެ ބަދަލުގައި، ހަމައެކަނި އެއްޗެހި ވާގެ ޖަންގަލީތަކަށް
ޓާރގެޓްކުރުން، އަޅުގަނޑުމެން ގިނަ ފުރިހަމަ ފޯރުކޮށްދޭނަ ވަރުގަދަ ހަމަޖެހި ހޫނުކަން ކާނާސިއްހަތު ގިނަތަކުތަކެއް ބޭނުން ކާނާކަމަށް ގިނަތަކުގެ އެއްޗެއް،
ނުވަތަ ފުރާޅެއްގެ ކާނާ ވައްތަރުގެ އަހަރަށް ތަނަވަހު ނުވާނެ ހުއްޓެވެ؟ އުފުލުން ކާނާސިއްހަތު ކުރި އުފުލުންގެ އިންސާނާއަށް ބޮޑު
މާލާ އެއްކުރުމަށެވެ؟

އެތައް ހާސް އަހަރެއް ވަންދެން މެދުކަނޑައެޅުނީ ބެލެހެއް މަސައްކަތް ކުރުމަށްފަހު އެކުގެ ފެހެން އުފުލުން އެދުވާ
މަދުބަދު ހާސިލްވާ ކަމަށް ހިތްވަރާ ހިސާބަށެވެ. އެއަށްފަހު އުފުލުންނަށް ހަނދުމަފުޅު ދަނޑުއެއްގައި ނުވަތަ އެހެން ތަރުކާރީ
ހިސާބުއެއްގައި ހުންނަ ހުރިހާ މަސްދަރުތަކުގެ ދަށްކަން، އަޅުގަނޑުމެންގެ ޖަރާސީމުގައި އެ މަސްދަރުތަކުގެ ވަޒީފާތަކުގެ ފުރިހަމަ ތަރުކީބުގެ
ދަށްކަމަށްވާނެ. އެކަމަކު އުފުލުން އެހާ ގަދައަށް ހުރި އެއްޗެހި މިހާރުވެސް އަތްމަތިން ދިރުމުގެ އިސްލާމިކު ބިންކަމުގައި ފެށި
އަބަދުއްބެ. އަބަދުވެސް މިގޮތަށް ވަކި އުފުލުންގެ އެކުގެ މަތީ ދަރަޖައަށް ވާސިލްވެވޭނެ

އަމާޒު، އެތަށް އަހަރެއް ފަހުން އެމީހުންގެ ލެޕްޓޮޕްތަކުގައި ވާސިލްވާން ކަމަށް އުންމީދު ކުރެވޭ ވަރަށް ވެސް އަމާޒެވެ.
ދުން އެމީހުން ހުރަސް ކޮން އެއްޗެއް ހެއްދެވޭ؟

އެކަމަކު ބަޔޮލޮޖިސްޓުންނަކީ މުޅިން ވެސް ހިއްސާ ނުވާ ބައެއް ކަމަށް ޔުނިވަރސިޓީ ހިމެނޭ ނުވާނެއެވެ. އެމީހުން ކުރާ ގޮތަށް އަމަލު ކުރަން ޖެހޭ ސަބަބުތަކެއް ހުރި ކަމަށާއި އަދިއްލާ ނަޒަރުން ބަލާއިރު އެއީ ފުދޭވަރަކަށް ވަރުގަދަ އަދި ގަބޫލުކުރެވޭ ސަބަބުތަކެއް ކަމަށެވެ. އެހެން ސައިންސްވެރިންނަކީ "ތަހުޒީބު އަދި ސަގާފީ" މީހުންނެވެ؛ އެއީ އަސާސީ ފަރުތަކުގައި ދިރިއުޅޭ އާދައާޚިލާފު ފިރިހެނުންނެއް ނޫން، އަދި ފަރަކަތްތަކާއި ގުޅިގެންގައި ދިރިއުޅޭ މީހުންނެއް ނޫނެވެ. ދުން ކިހިނެއްތޯ އެމީހުންގެ ހުރު ބޮޑި، އެމީހުންގެ މީރު ކުކުޅި، މީރު ފޭސްބުކުގެ ދުރުކަތްފަތުގައި، ހަމަ އާސަންދި ވަކި ޖަނަވާރުތަކާއި އެއްފަދައިން ނޫ ހަނގުރާމަ އަސަރު ފުރާނައެއް؟ ހަމަގައިމުވެސް، މަރުވެފައިވާ ސްޓާރ އާއި ހަވާރު ފިތަވައި، މުޅި އަދި ނަފުސް ނުވާ ހަނގުރާމަ ހުރި ނުވަތަ ޕްލެސްޓިއަށް ބަދަލުކުރުމުގައި، އޭގެ ހުރިހާ ދިރިހުރި ނިޔުކްލިޔަރ ކޮންސްޓްރަކްޝަން ނަތީޖާގޮތަށް ކަމަކަށް ނުފެންނައެވެ. އެމީހުން ދުވަހުވެސް ހަނދާން ނަގައިފާނެ ފުރުޞަތު ނުދެނީ ދިރުމެއް ނެތި ސްޓާރ އާއި ހަމަކަ ފެނެވެ އޭގެ "ފުއިރާ" ތަކެއް ހުރިކަން. އެއީ އަހަރުމެންގެ ހަރަކާތް ކޮންކަން ފުރުޞަތުދިނުމަށް ބޭނުންވާ ކުރުގޮ ފުރުޞަތުދީ އެއްޗެހި ކަމުގައިވާއިރު، އަހަރުމެންގެ ގަނޑުވަރުތަކާއި ގެފެންނެތަކާއި ނާރުތަކުގެ ޖީންސްތަށް ފުއްދައިދެނީ އާޓިފިޝަލް ވިޒިޓިންގތަކާއި، މައިދާން ތައްތާރުކުރުމާއި، ދޫގެ ހުރުމަތްތަކާއި އެންމެ މަތީގައި ޕިނަ އަދަދެއްގެ ވިސްނުމެއް ފުދަ އަޖައިބުކުރުވަނިވި "ސައިންޓިފިކް" ވާސިލްވުމުތަކުން އަންނަ ކަމަކީ ބާރާއި ފުޓުންސިފަވެއެވެ.

އެންމެ ފަހުން ސިނާއަތުތަކާއި، ހޮސްޕިޓަލްތަކާއި، ޓްރާންސްޕޯޓޭޝަނާއި، ނަރުހުންނާއި، ޓެކްނޮލޮޖީތަކާއި، ސްޓޭކް އިންސްޓިޓިއުޝަންތަކާއި، މިފަދަ އުފެދިފައި ސަލާމަތްތަކަށް އެދުން ވާދީ ކިހިނެއް ހެއްދެވޭ؟
އެތަކެތި ހުރުމަށް ކޮންފަދަ މަސައްކަތެއް ނުކުރެވޭ، އެތަންތަން ބިނާކުރުމުގައި ހަރަދު ނުކުރެވިފައިވާ ކޮންފަދަ މަސައްކަތެއް ހެއްދެވޭ؟ އެ ކުޅުކުޅޭ ހަނގުރާމަގެ ސަބަބުން އެ ހުރިހާ "ކާމިޔާބީތަކެއް" ދުނިޔެއާއި ހިސާބު ހެއްދެވޭ؟ މިފަދަ ފިތަވަމުގަކަން ވިސްނާފައިކުރެވޭ ނުތެ، ހަޤީޤަތުގައި އެކަން ފިތަވަފައި މާ ކުޅެއެވެ. ހަތް އެއްޗެއްގައި ކެންސަރާއި އެހެނިހެން ބަލިތަކުގެ ސަބަބުން އެތަށް ހާސް، ނޫން، އެތަށް މިލިއަން ބަނދަ މަރުވެއްޖެ ނަމަ މުޅިންމު ކަމެއް ވަރަށް ކުޅެއެވެ. ވަސީލަތްތަށް ފިރިހެނުން ކޮންމެ ގޮތެއްވިޔަސް މަރުވާން ޖެހުނީ ކަމަކާއި އެއްނަކަމުން ތަންތަނެއް ކުރިން މަރުވެ ދުނިޔޭގެ އުނދަގޫތަކާއި ތަކުލީފުތަކުން މިނިވަން ވުމަކީ އެމީހުންނަށް ރަނގަޅު ކަމެއް ނޫން ހެއްދެވޭ؟ މިހާރު އާތް ގޮތަށް ތަރައްޤީވެފައިވާ ދުނިޔޭގައި އުމުރުން 200 އަހަރާ ހަމައަށް ދިރިއުޅުމުގެ ބާރުމަތީ ކޮބައި ހެއްދެވޭ؟ މި ވިސްނުމުގެ ވިސްނުން ހުރިހާ މީހުން އުފާކަން އެދިގެން ހައިރާން ނުވާނެވެ.

ހަމަގައިމުވެސް ސާބިތުކޮށްދެނީ، މަރުވެފައިވާ މީހުން ކުރުމުގެ އެޕްލިކޭޝަން ލޯގަންވެފައިވާ ފަރާއިން ލޯގަންވެފައިވާ އިންސާނުންގެ ހިސަ ބާރު މިއަދު އެގޮތަށް ވިސްނައެވެ. އެކަމަކު އަދުގަނޑު މުޅި ދުނިޔެއަށް ޝަރަފުވެރިކަމާއި އިޖުތިމާޢީ ކުރަން، ހުރިހާ އިންސާނުންވެސް ކޮންމެހެން ކުރަންޖެހޭނެ

ރޯ ސެޓްބޯޓުގައި ގަސްގަހާގެހި ބޯންސްކުރުން. މިއީ ގުދުރަތުގެ އަމުރެވެ.

އެހެންނަމަވެސް، މިހުރިހާ ދުވަހު ބަޓަރފްލައި ސްޓޭޝަންގެ ގައިޑްލައިންސް ވާޓިވް އަޔާ އިންސްޓިއުޓަށް ޒިދުމަތް ކުރުމުގެ ޝައުގުވެރިކަން ކަމަށް އަޑުގަނޑު އިންކާރެއް ނުކުރަމުވެ. އެކަމަކު އެމީހުންގެ މަސައްކަތުގެ ނާކާމިޔާބު ފެނުމުން، ކުޑައިރުކާކު ވެސް ވަސްނުކުރެވޭ އެމީހުންގެ ނުރައްކާތެރި އުސޫލު ބަދަލުކުރެވޭ، އެ މައުސޫލުތަކާ ބެހޭ ހުރިހާ ފޮޓޯއެއް އެއްވަރަށް ޝާއިއުކުރުން ހުއްޓާލަން ޖެހޭ އެވެ؛ އެހެން ނޫންނަމަ އެމީހުންނަށް އަންނަން އޮތް ޗެލެންޖްތަކާ ވައްސަތް ކުރައްވާނެކަން ދެކިނުވެ. ނިއުޓްރިޝަން ބޭނުން ފޮޓޯތަކުން ފެންނަން ހުރި ހުރިހާ ފުރުއަތާ ރަނގަޅު ވާހަކައި އަރަދުވަރު އެއްކޮށްލުމަށްފަހު، ޚިޔާލުވާ ހަލުވަތި ފަރުވާތެރިކަމާއި ހުރިހާ ބަރުކަން، ނިއުޓްރިޝަން ބޭނުންތަކުން މިހާރުން ފެނިގެން ހުރިހާ އިންސްޓިޓިއުޝަން އެއްކޮށްކަން ވިސްނަވަނީ ކަމާއި، އަސާސީ ނިންމުމާއި މިޔަށް އެއްކޮށްކަން ކާންދޭނެ.

މި ނިންމުމާ ގުޅޭގޮތުން ޝައުގު އުފެދޭ ކަމެއް ވެސް އަދި ޒިޔާރަތްކުރާމީހުން ވެސް އޮންނަން ނުޖެހޭ އެވެ.

އެހެންކަމުން މިއާމަނާ ޝާއިޢުކުރެއްވި ވަކިވަކި ނިއުޓްރިޝަންގެ ކޮންސެޕްޓްތައް ބުނެފައިވާ ރިޕޯޓްތަކާއި ތަފާތު ވަރަކަށް ފާހަގަކުރި ފޮޓޯތަކުން އެ ފޮޓޯތަކުގެ އަދާކުރައްވާ ވަނީ، އެ ހުރިހާ ފޮޓޯތަކުގެ ދައުރުވެދެމުން ދުރުކުރަން ޖެހޭ އެވެ . އެހެން ގޮތަކަށް ބާނައަކަ، ފްރޮޓީން، ކާބޯހައިޑްރޭޓް، ފެޓް، ވިޓަމިންސް އަދި މިނަރަލްސްގެ ވޭޖިޓަބަލް "ފައިދާތަކާ" ބާރު ހުރިހާ ފޮޓޯ މަނާކުރަން ޖެހޭ އެވެ. އެހެންކަމުން ވަކި ކާނާތަކުގެ އަގު އިތުރުވީމާ ހެދުން ވަކި ނިއުޓްރިޝަން ބާރުގައި ހުރިކަން ސާބިތުކުރަން ޖެހޭ މަސައްކަތްކުރާ ހުރިހާ ނުރައްކާތެރި ގޮތްޕްރޮގްރާމްތައް ވެސް ވަކިޖެހޭ އެވެ.

އެ ފޮޓޯތަކުގެ ޕްރޮންޓިއަރު ވަކި ބާވަތްތަކުގެ ގާވާތަކާއި އެހެން ގާވާތަކާ އަލާބަލައިގެ ގޮތުގައި ކަރަވަރުކުރަން މަސައްކަތްކުރު ފޮޓޯތަކާ ވެސް މާބޮޑު މުހިއްމު ފޮޓޯތަކުގެ ގޮތުގައި ބަލަން ޖެހޭ އެވެ. ޑިސަވޭގެން ކުރިއަށް އޮތް ތަންތަނުގައި ކުރަމަ ދިރާސާތައް އަމާޒުކުރުވިދާން ކަމަށް، އެއް ކުރާމަގެ ކާބޯހައިޑްރޭޓް ތަރައްޤީގެ މިންވަރާއި، އެހެން ކުރާސްތަކާ އަލާބަލައިގެ ލިބޭ ފައިދާތައް ދެކިގަތުމަށް ބޭނުންވާ ގޮތް ފުރިހަމަ ނިންމަވާނެ. މިސާލަކަށް ގޮފިތައް، ދަނޑުވެރިކަމުގެ ބާވަތްތަކާއި، ދަނޑުތަކާއި، ނާރިޖާއި، ފެދި ތަރުކާރީއާއި، މުރަކަތަކުގެ ފުރާ ތަފާތުތައް ދެނެގަތުމަށް ދިރާސާތައް ކުރުވިދާނެ، އެފަދަ ތަފާތުތައް ހަމަގައި ކުރިނަމައެވެ.

މިހާރުން ފެނިގެން ގެދުރަށީ ކާނާގެ ބޭވަތްތަށް ހަލާކުވުމުން މިބޭ ބޭޖެ ގެއްލުމުގެ ކޮންމެ ކަމެއް އާންމު ރައްޔިތުންނަށް ދަތްކަމި، ޝަރުތުތަކާ ނުލައި ގަވާއިދުތަކަށް ހުރަހެޅުމަށް ނަސޭހަތްތެރިވުމަކީ ހުރިހާ ކެރިއަރާފައިވާ މީހުންތެރިންނާއި ސަޔިންސްވެރިންނާއި ޑޮކްޓަރުންނާއި ނޫސްވެރިންނާއި އިންސާނީ އެހީތެރިންގެ އެންމެ ބޭޒް ވާޖިބަކަށް ވާންޖެހެއެވެ ގެދަރަޏީ ގޮތުންނެވެ.

ރިއަލް ބޭބީ އާއި ފޯލްސް ބޭބީ އެވެ

ކައުކާފައި ހުންނަ ކާނާ ކައުމަށް އާދައިގާ ޒިލާފު ކޮންސިއުމަރެކް ހަޔާތްތަކައި އެއްބައިކު ދުލޫހަކު އެއްކޮންމެން އުޅޭ މިހެކެވެ؛ އާނާގެ ދެ ހަނދާނެކެވެ. ފުރަތަމަ ހަނދާނަކީ REAL MANއަކީ ގެދަރަޏީ ކާނާގެ ތެރެއިން ވުޖޫދަށް ގޮވާލުވުމައިވާ އަދި އަދިވެސް ގެދަރަޏީ ކާނާގެ ސަބަބުން ދެމެހެއްޓިފައިވާ ހެދު ހަޔާޔީ އިންސާނާއެވެ. ދެވަނަ ހަނދާނީ ކަމަށްވާ FALSE MANއަކީ ގެދަރަޏީ ނޫން، ކައުކާފައި ހުންނަ، އާޓިފިޝަލް ކާނާގެ އެހީގައި އުފެދިފައިވާ ހަނދާނެއް ކަމަށާއި، ދިރިއުޅުމުންދަނީ ހަމައެކަނި ގެދަރަޏީ ނޫން ނިއުޓްރިޝަނުގެ މައްޗަށެވެ.

އިންސާނާގެ ހަނދާނުގައި ދުވަހުން، ހުއްޓާ އަދި ހަރަކާތްތެރި، ދިރިއުޅުން ދަމަހައްޓައި، އިންސާނާ ފައިމައްޗަށް ތެދުވާ ހުރިހާ ސޮލިއުޝަނަކީ، މުޅިން ވެސް ގެދަރަޏީ ކާނާތަކުން އުފެއްދި، ކާނާ ދޮޅި، އާޓިފިޝަލް ކާނާ، ބަދަލުވާ ސޮލިއުޝަނެކެވެ. އެއީ މަސްތަކަށް ބާރުދީ، ހިތުގެ ކާނބޮށްކެއުއްޓަނތަކުގެ ރޯގާތައްތާ ފެޝަންތަކާން، ސިލްކާނިޔަ އިމިއުނިޓީގެ ހަނދާނަށް ފުރުޞަތުދެނީ، ސޮލިއުޝަން އުފައްދާ ސޮލިއުޝަނެކެވެ. މި ވަރަށް ތަރައްޤީވެފައިވާ ސޮލިއުޝަނުގެ އިތުރުން އާދައިގެ ސޮލިއުޝަނާ ކާނބުޅުވާ ވެރަކަން ސުޕަރިޓެންޑް ވައްތަރު ހުރި ނަމަވެސް، ހަޔާތްތަކައި އެކުލެވިގެންނެ ސްޓްރަކްޗަރއެއް ހުންނަ، ހުއްޓާ މަސައްކަތްތަކުން ބޭނުންވާ މެޝިނަރީއާއި މެކޭނިކަލް ނަރު އަދި އަނގަތުކުން ޖީވްޖަންޖަރުބޭ ބަޔޮލޮޖިކަލް އެހެން ސޮލިއުޝަށް ހުރެއެވެ. މިސޮލިއުޝަށް އުފައްދާ، އުފައްދައި، ޕްރޮޓީން ދަނީ މުޅިން ވެސް ގެދަރަޏީ ނޫން އަދި ނާޖައިޒު ކާނާގެ ހަރަދުގަ އެވެ.

ކައުކާފައި ހުންނަ ކާނާއަށް އެކުލެވޭފައިވާ މިހެއްގެ ޖަރާސީމުގައި ހަޔާ އިންސާނާ ހިފާފައިވާ ވަރަށް މަދުންނެވެ ކޮބައި ހަމަވައިމުވެސް. އެންމެ ތޮށި މިހާގެ ހާލަތުގައި ވެސް ހަނދާނުގެ ބޭޒް ބައެއް އެކުލެވިގެންވާ ހަރަކާތްތެރި ނުވާ ސޮލިއުޝަނެއްގެ މައްޗަށެވެ.

ކޮންމެ ގޮފެއްޖެހެން ނުވަތަ ގޮނޑުވަޅަށް ވެސް އަދުދުއްގެ ހަރަކާތްތެރި އަދި ހުއްޓާ ސޮލިއުޝަށް ބާރުނުވާ ނަމަވެސް އެގޮތަ ސޮލިއުޝަށްގެ ބާރުނުވާ ކާމިޔާބުކޮށްދޭ އުފެދިގެންދާ ދިރުހަ އަވަހަކަށް ދިރުވާ ގޮނޑުވަޅުގައި އިތުރު ސޮލިއުޝަށް އުފައްދުން ހުއްޓުވާލެވެއެވެ.

އެހެން ނޫންނަމަ އިންތިޒާމަށް ބޭނުންވާނެ އެވެ. މިސާލު، އެކްސިލް ސަޕްލައި އުފެދުމަށް ގޮވާލަނީ ހަމައެކަނި ގުދުރަތީ ކާނާގެ ތަރައްޤީން ކަމަންވާއިރު، ކާނާއަށް އެޤްލީމްވާ މިހާ އާނާގެ ހަނިމަސައްކަތް ބޭނުންވާ މިންވަރަށް ގުދުރަތީ ކާނާ ނުލިބޭތީ، އެ ގިނަވަރަށް ލޯކަލްފައިވަސީ އާގެ ނަމޫނާއެއްގެ ގޮތުން އުފެދޭ އުނިކަން ފޫބައްދައި، އާގެ ސަޕްލައި އެކަށީގެންވާ މިންވަރެއްގެ ތެރޭގައި ބެހެއްޓުމަށް ކަރުދާހަށް ހުށަހަ ކާނާއިން އުފެދޭ ވަކި އަދަދެއްގެ އިންއެކްސިލް ސަޕްލައިކުރެވެ. މިފަދަ ބާކީވާ ގޮތް ޑިމާންޑުގެ ސަޕްލައިއަށް ކާނާއަށް އެޤްލީމްވެފައިވާ މިހާރުގެ ހުރިހާ ގިނަވަރަށްބޭނުންވާ ނިޒާމުތަކެއްގައި ހިނގާ، ކަނޑައެޅުން ނިޔަލަކަށް ލިބުމާއި ބަދަލުވުމަށް ބާރު ނުލިބޭއެވެ.

އެހެންނަމަވެސް ބައެއް މީހުންގެ ޚިޔާލުގައި އަދިވެސް ވަކި މުއްދަތަކަށް ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާތަކާ ދޭތެރޭ ކުރިމަތިވާން ކެރޭނެވެ. ހަމަކަނަވަރުން، ކާނިތޯވން ކުޅޭވުމާއި، ބަނޑުގެ އުދަނގޫތަކާއި، މަސްބައިކުރުމާއި، ހޭލުންތެރިކަމާއި، ނިދި ނެތިގުޅުމާއި، ބޮލުގައި ރިއްސުމާއި، މިފަދަ އެހެނިހެން ގޮތްތަކުން ދޫކޮށް މިހާ އުފެދުން ހުއްޓުވުމަށް ކެރުވުން އޮތް ހުރިހާ މަސައްކަތެއް ވަރުބަލިވެއެވެ. ކެރު ވިސްނުމުގެ މީހުން މިފަދަ ރައްކާތެރިކަމުގެ އަލާމާތްތަކަކީ ޖަރާސީމު ގޮސްފައިވާ ފަރާކަން ނާޖައިޒުގެ އަލާމާތްތަކެއްގެ ގޮތުގައި ދެކޭތީ، ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާ ކެއުން ހުއްޓާލުމުގެ ބަދަލުގައި ބަލިމީހާއަށް "ކާނާ ދިނުމާއި ވަރުގަދަ ކުރުމަށް" އެ ކާނާ ބޭނުން ކުރުމަށް އިޝާރާތް ހިތްވަރު ދެއެވެ. އަދި "ނިއުޓްރިޝަނަލް" ކާނާގެ ގުދުރަތުކުރި ހަމަޖެހޭތަކުގެ ދަރުމަން ދިގު، ދިގުދެމިގެންދާ މަސައްކަތަށް ހާޒިރު އިންސާނާ ބަލިވެފައިހުރި ހިތްމަރުވުމަކީ ނިޔުމަކަށް އަންނަނީއެވެ، އެ ޖަރާސީމަށް މަޑުޅުބުރުވަނީ އާގެ ވަރުގަދަ ދޮރުފަތްފެށުމާ ދޫކުރެވެ، އެ ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާތަކަށް "އެޒިމާ" ވުމަކެވެ. މިއީ ދޭހަ މިހާ އުފެދުމުގެ އިށާރާތަކަށް ކަމަށާއި، ވަރަށް އަވަހަށް ވަދެ ދޫނެގުމަށް ފަރުއިން ކައިމަށް ފެނިއެ، ދޭހަވާ ނުހަދާއި ބޭނުން ފެނާ ކަމަށާވެ. ނަމަވެސް ކެރު ވިސްނުމެއްގެ މިހުން މި ކުރިއަރުން ދޭކަސީ ރަނގަޅުވުމުގެ ތަޖުރިބާ ނިޝާނެއްގެ ގޮތުގައެވެ.

ވަގުތީ ފާއިތުވަމުން ދިއުމާ ވަރަކަށް އެ ދޭހާ ވެފައިކަން ބަލިކަނިވީ، މިއަދު މިވަނީ ވަރަށް ޒިޔާ ކުރިން ދެ ހަނިމަސައްކަތު އުފެދުމާ މަރުހަލާއަށް ވާސިލްވެފައެވެ. މިފަދަ ކުރިން ދުނިޔެއަށް އައުމުގެ ކުރިންވެސް ދޭހަ މިހާ އުފެދުން ފެނަށެވެ. އަންހެނުންގެ އުނަގަނޑާއި ފެއިގެ ކޮންމެ ފިޔަވަޅެއްގެ ތެރޭ ކޮށް ކުޑަފަތްތަކުގެ ތެރޭ، ފުރިހަމަންގެ ޗެއްޗިރިޙަނޑާއި ކަރުގައި، އަދި އެހެން ތަންތަނުގައި ވެސް ދޭހަ ފުރިހަމަކުރާ ފެންއެވެ. ދޭހަ މިހާ ޖީވާން ކުޑަކުދިންގެ ހިތި ސިފަވައް ދިރިއުޅުމުގެ އަންގި އުސޫލުތަކުގައި ޢުމުރަށް، ބޭބީ މީހުންގެ މަސައްކަތުގެ ގޮތުގައި މަރުދޫކުރުން ވަރުވިހާކަން ލިބިއެވެ. އެއީ އިންސާނުންގެ ހިތާއި، ކިދުނިއާއި، ފުއްޕާމޭތާއި، ގޮހޮރުތަކާއި، ޖިލްދުގެ ތެރެއަށް ވަދެ، އިންސާނުންގެ ހަރަކާތުގެ ފުރަފޭރޭގެ ކަމަށާ އެއްކޮށެވެ. އާންމުކޮށް ބާނާނަމަ އެއީ ވަސީލަ މިހާ އޭގެ އަތޮޅުތަކަށް ގެންގޮސް މަޤުބޫލް ފެއްސާއި ނޫނާ ހުސްކޮށްލައެވެ.

ކައުކާޒަސް ހުންނަ ކާނާއަށް އެޖެކްޓް ޗިހަކު ކޮންމެވެސް ޗޭވާއެއް ކައުމުން އޮނާގެ ބަނޑުހައިހޫނުކަން ފުއްދައިދެއިރު، އޭގެ މާނައަކީ އުވަގެތު ހަޔާ ފުރިހަމަކަމާ ފުރިހަމަކަމަށް ފުރިހަމަވެ، ކާނާއަށް އިތުރު އެދުމެއް ނެތް ކަމެވެ. އެކަމަކު ދޫގެ ޗިހާއަށް ގުދުރަތީ ކާނާގެ އެއްވެސް ހިއްސާއެއް އެއްޗެތަކަށްވެސް ލިބިދިނުމެއް ނުވާތީ އޭނާ މިހާރު ޖެހޭން ކުރަނީ އޭނާގެ އަމިއްލަ ޒާއްބަ ކާނާއެވެ.

ކަންކަން ވަޔަން ހިތާމަވެރި ކަމަކީ އޭނާގެ ނަރުދޮވާ އުދުންތަކައް ފުޅުކުރަނީ ހަޔާ ފުރިހަމަކުރާގެ ބަނޑަހައިން ކަމަށް ވުމެވެ. ކައުކާޒަސް ހުންނަ ކާނާއަށް ކުރާ ޝައުގުވެރިކަމާ އާ ޖަނަވާރުގެ ޝައުގުވެރިކަން ކަމަނާއި، ހަޔާ ފުރިހަމަކުރާގެ ޖީވަންތަކަމާ އެއްވެސް ގުޅުމެއް ނެތް ކަމަނެވެ. އެ ޝައުގުވެރިކަން ގޮތުގެ ޖެހިއައްނަ ބަދަލުވަނީ، އެޖެކްޓަސް އާއި ނަގެޗިވް އޮޅުންތައް ކަމަށްވާ ދަ ބޮޑުޗިޓު ޖެޝަން ގެދިގެން އުޅޭ ވަގުތުގައެވެ.

އެއްވެސް ފުށުއަރާއި ވިސްނުމެއް ނެތި، ހަޔާ އިންސާނާ، އޭނާގެ ނަފްސަތު ކުރަފާ މަސައްކަތެއް އަދާކުރަނީ މިތަނުގައި އެވެ. ދުވަހަކުނުވާ ދުވަހެއް މެދުކަނޑާލުމެއްނެތި ބަރާބަރަ މަސައްކަތްކުރަން، ބޭނު ވެސާއި އަނދަވަގުތަކުން ޒައިސާ ހުރަހި، ދުޅި އަރިފެސް ބޭނު ވެސާއި އަނދަވަގުތަކާއެކު، ބުރަ މަސައްކަތްކުރަން ހުރި ފައިސާއިން ގަތް ގުދުރަތީ ކާނާ ގެއްލުމަށް ހުރި މާއްދާތަކަށް ބަދަލުކުރަން، އޭނާގެ ހަރަކަތްތަކަށް ތަރުތީބުކޮށް އަދިއެކަ އަނަގައިން، ކާބޯތަކުގެ ނާރުގައި ހަޖަމްކުރަން، ވާގެ ތެރެއަށް ޖެހިގެން، އަދިއެކަ އަނދަގައި ތެރެއިން އެތަކެތި ތަރިހަލާއާ އަދި ބަލިކަށި މަސްތަކުގައި މުދުނުކުރަނީ ގޮތުގައި ނަރުދޮވާ އުދުން ހަދިޖެހޭ އޭނާގެ އެންމެ ވަރުގަދަ ދުޝްމަނަކަށް ފުރަކާތުދައިވެ.

މިތަނުގައި، ފެތުރިންތަކަން ތައްޔާރުކުރަން، އާޗިފޭޝަލް ވިޓަމިންތަކުގެ ބާރުގަދަ ކަމަން ދާގެ އުންމީދުތައް ފިލާ ކުރާ ބައްލަބިސްޓިކްސްގެ އަދުގެނެވި އޭޖެންސީ، މަގުމަހިގައި ދުއްވާއިރު ތެރެފިލާމުންދާ ޖަނަސާކުސާއި ފުރިހަމަކަސަން ހަމަގައިދޭ ނުވާތްތައް އަމިހަނގެ ބަލިކަރު ފާއިތުކަގައި ދޮގު މިހާއެވެ. އެ މިހަނގެ ސަމިރާއި ބޮއްދު ކޮބާ ހައްތުވޭ؟ އެ ބޭކާރު ސަރުބިއާއި މަހުގެ ޖަމާއަތުތަކުން އަމިހަނގަން ވިސްނުމަށް އެއްވެސް ކާނާއައް ނުދިބަސް ހައްތުވޭ؟ ކޮންމެއަކަސް ކަދަފާސްއް ސަދު އަމިހަނގެ "ފުރިހަމަ ބޮޑުސްސް" ޖަނަވާރު ފެތުރިންތަކާއި "ހަޖަމުކުރާވާ" ހުދު ރެނދިގެ މާވާ އެވެ. ހަމައެކަނި އެ ފަލަ މިހަނގެ ރޯދިއާއި މަސް މަހުރުމުކަން، ގުދުރަތުގެ އެންމެ އަސާސީ ޤާނޫނުތަކުން ވަގުތުތަކަން ކާންދެން މަސައްކަތް ކުރާނެވެ.

އެ މާބޮޑެތި ކަންކަމުން އަދުގެނެވިގެން ނަން ޔާޒާ ފަރާތަކަން ސަލާމަތްވާ ދޭންތެރި އަދުގެނެވިގެން ވިސްނާއިރު ހިފުސް އާދޫ ފުލާރު އެންމެ އެޖެކްޓް ފުރިހަމަ ރިހާވަރީ ބައި ދަ ލާސްޓް ސިލްވާރާ އެންމެ

ގުދުރަތީ އުސޫލުން، އަލުގަނޑުމެންނަން ތަނަވަސް ސޯލާރ އެޑްރިޔާން، ކާމިޔާބީގެ އެއްވެސް އުންމީދެއް ނެތި، މަތީ ތައުލީމީ ތަޖުރިބާތަކެއް ހުރި މީހުން ނުރައްކާތެރި އަދި ބޮޑު ނޫން ވަސީލަތްތަކުގެ މަޝްވަރާއަކުން ތިޔާރުސް ކުރަނީ ޕީއެއްވެގެންނެވެ.

ދޫގެ އިންސާނާ އޮކްސިޖަންވަސީ ހަމައެކަނި ޖެނެޓިކް ސެލްތަކެއްގެ މައްޗަށް ނޫން ކަމަށާއި، އެއީ... ހަމަ އިންސާނާގެ ހުރިހާ ހާލަތްތަކާއި ބިޝްތަކަށް ވަރު ފޮނުވުމާ މާއްދާގެ ފެންތަކާއި، ސެލްބީތަކާއި، ކޮންކްރީޓްސްތަކާއި، ޓިޝޫތަކާއި، ވިޔަތަކާއި އޮގަނިޒަން ގައިޑުން ހުރި މައްދާތަކެވެ. ކޮންމެ ބައްޔެއް، އިސްތިސްނާއެއް ނެތި، ދޫގެ އިންސާނާގެ ޓިޝޫތަކުގައި އުފެދުމަށް ގޮވާލައެވެ. އެއީ ދޫގެ އިންސާނާގެ ސެލްތަކުގައި ވެސް ކަންސަރު އުފެންވާ ކަމުކަމެވެ.

ބަލިތައް ޖެހުނީ ޓާކްސިންތަކާ ހިލާފުވުމުންނެވެ
ތިމާވެށި

ފެކްޓަރީއެއް ރާއްޖެއްގެ ދިއުމަކީ އެންމެ ދެ ސަބަބެއް ކަމަށް ވެދާނެ: ނަތީޖާވެ
އަދި ނޯ މެޓަބޮލިސްޓްގައި ބެލެންސް ހުރުމާއި ޓެރުން އަނގަ އިންސުލިން ސީއްރަތީ ގޮތުގެ ރޮބިޓުތަކެވެ. އެހެން ސަބަބެއް ނެތްނެތެވެ.
ޓޮރުޕުރުން އިންސާނާގެ ޖޯރުސްޓަން ލިބޭ އިންސުލިން ސީއްރަތުގެ ގެއްލުންތައް (އަނދާ، އަނިޔާ، ވިހަވުން، އަދި މިޔުނަވެސް) ފެސޭހައިން ލިބުން ތިއްބިރު، އެއަށް ފަރުވާ ދިނުމުގައި ބޭނުންކުރާ ގޮތްތަކާ ގުދު ހިއްވާތަކާއި ފުއްޓުމުން ނެތެވެ.

މި ބޮރުފުރުގެ ގެއްލުންތަކުގެ ތަރުގައި އަމިއްލައަށް ދޫ ހުރިހާ ފަރުވާތަކުގެ ބަލިތަކާއި، އެބިލިޓީ ފިޔަމީނިތަކާއި، މަޑުދަންތަކާއި، ބަނުގަރާއި، ނިކޯޓީން، ސައި، ކޮފީގެ އިތުރުން ކަމަކާ ކާނާއާކު ހަރުގަނޑުގެ ވަނަނަ އެތައް ވިހަތަކެއް ހިމެނިދާނެއެވެ އަދި ކޮންމެ ގުނަވަންތަކުގައި ފެސް ތަރައްކާކުރެވިފައި ހުރެއެވެ.

އިންސާނާއަށް ހަމައެކަނި އެއްބަދަލުވަނަ އަދި ކެރުއްސަނަ ރޯ މެޓަބޮލިޒަމް އެވެ
ޖެނެޓިކް ގުދުރަތުން ކަނޑައަޅާ ރޯ ގެސްފަރާތަށް އެވެ. އެ ހަރަކާތްތަކަކީ ގޮތަނަ އެންމެ ދެބަސް ދަށުކަމުގެ މާނައަކީ ޓަރުފާއެއްގެ ތަރައްގީ ޑޮކްޓަރުން ބޮޑެތި ދާ ވިޔާބަލާ މެތަބޮލިޒަމްގައި ޓަރުގައި އެއްކަމަކީ ކެރުއްސަނަ ހަނދާނުގެ ޓަރުގާ މެޓަބޮލިޒަމްތަކުގެ ފަރުވާކުރުމަށް ޖެހުނު؛ މިކަމުގެ މެޓަބޮލިޒަމް، އެ ފެކްޓަރީގެ ތަނަވަސް އެޑްރިނަލިން ބިސްނެސް ބައިގަނޑު ހިތްޕުޅު؛ އެހެން ގޮތަކުން ބޮޑުނަކީ އަޅެ މެޓަބޮލިޒަމް ބަލިވަޑައިގަތެވެ. ގުދުރަތުގެ ޖޯރުސްތަކާ އެއްގޮތަށް މިއީ އެކްސިފްރާއީގެ ގޮތުގައި ބެހެނީ ޖެހޭއިރު، މިކަމާގުދު ދޮރުފަރާވެސް ޝައްކެއް ނެތަކީ ޒިޔާދަ ތަޖުރިބާކުރެއް އުފެދިގެން ނުވާނެއެވެ.

އިންސާނީ ފެކްޓަރީގެ ރޯ މެޓަބޮލިޒަމްތަކަށް ދިފާއުވަނީ ނިޔުރިޝަކަންޓް އެވެ.

އިންސާނާއަށް ބޭނުންވާ ރޮ މެޓީރިއަލްތައް ގެނުވަތުން ބިނާކޮށްފައިވާސީ އެހާ ސީދާ ރިސޯސްތަކަކާއެކުގައެވެ. އެ ބޭރި ފުރަތަމަ ބިނާކުރަނީ ސޯދާ ސައިންސްތަކުގެ ޓެކްނޮލޮޖީގެ ސޮފްޓްވެއަރ، ދެން އެއި ތަފާތު ސައިންސްތަކުގެ ހުރިހާ އެންޖިނިއަރިންގ މާކެޓިންގ ބިނާކޮށް، އެފްއެމްއާއި ބޭނުންވާ ރޮ މެޓީރިއަލްތައް ފުރިހަމަކުރުން، ހުރިހާ ކޮމްޕިއުޓަރު ބައިވަރު ސާފްކޮށް ފޯރިކޮށްދިނުން، ހަލާކުވެފައިވާ ބައިވަރު އެކަން، މުސްކުޅިވެރި ބަދަލުވުމަކީ ދަރިވަރުންގެ ސައިންސްތަކާއި ވަރުބޮޑު ސައިންސްތައް ތިޔާ ފުރިހަމަކުރުން، މޮޅުވަރު ހަރާކާތްތަކުގެ ހުރިހާ ބޭނުންވާ ހުނަރުތައް ހަކަތަ ލިބޭ، އެއިން ޖީނިއަސްތަކާ އެއްޗެހި މަސައްކަތްވެރި ކުރެއެވެ.

ކިޔުންތެރިޔާ ސައިކަލު އުފެއްދުންތަކުން، ބައެއް ފަރާތު ހަރުދަނާ ކަމުގައި ނުވަތަ މަސައްކަތް ވަންދެން އެއްވެސް މާވަރުވެއް ނުކުރައި އޮރިވެސް ދިރިހުރުމަށް ކުރިއަރުވަނީ ކުރުވޭ ދިޔުން ރިޒަލްޓް ދިރިހުރުން ހުރިހާ ދެއްވާށެވެ؟ ޖަވާބަކީ، އާންމުކޮށް ބޭނުންމަ، އެންމެ ކަރަދަރުފައިދާ ކުއްލިއަކަށް އުޅެކުޅަދާނަ ދިރުހެ ފުސް ދުސް ދުރުދުރުގައިން ކޮންމެފަސް ދަރަކަށް ރޮ ނިއުރިޝްމަންޓް ނަމޫނާ ކަމެވެ. ބައެއް ފަރާތު އާދައިގެ ސައިންސް ހަމަޖެހިގެންދިޔަ ހަރަކާތްތަކާއި މަސްތަކުގެ ވަންދެން އުފާވެރިކަމާ ނުލާ ނަފްސާނީ ހާލަތު ވާފަރާތް އިންސިއާފް ކޮންމެދުވަހަކީ ދަރިވަރާ ދިރިހުރުމަށް ކުރުމަށް ދޫކޮށްދިނުން ފިޔަވަޅު އަޅައިގެން ދިރިއުޅުމަށް ބަލަންވާ ކާރޫ ދިރިހުރުމަށް ކުރުވަނީ ދިނުމަށް ފޮނުވާލަން ކުޅަދާނަކަމެއް ހަމައެކަނި ވަރަށް މުހިއްމު ސިނާއީ ވަރުބަލިކަން، ސޮލިއުޝަންތައް އަދި ބަލިމަޑުވެރިން (އެހެނިހެން ފަރާތްތައް ސަޕްލައިކުރާ ބަލިމީހުން ދިރުމަށް ހަމައެކަނި) ޖަރާސީމުގައި އުޅުއްވޭ އުފެދޭ ކަމާއި، ރިސޯސްތައް، މަރުހަބާ ކުރަމުންދާށެވެ.

ސަލާމަތީ ތަރައްގީގެ ސައިންސް މަޑުމަޑުން ބޭނުންވާކަން ދޫކޮށް، މިއީ މާނަ ނިމުމެއްގެ ކުރިއެރުމެއް ނުލިބޭ ނަތީޖާއަކީ ދިރުމާ ކަމެކެވެ. ފަހަރު ކުޑަކުރުމަށް ފެންނަހިނދު ފަރާތްތަކުގައި ދެކެވޭ ދޭތެރޭގެ އޮންލައިން ސާވިސް ފޯމެޓްގެ ދޫކޮށްލެވޭ. ދަރިވަރުން މިހާރު ލިވިޓީ ސަލާމަތީވެ، ދަރިވަރުން ފިޔަވަޅު ބަދަލުކުރާ ދުވަހު ހަރަދުކުރުމުގައި ދިރިހުރުމަށް ވާދަވެރިކަމުގައި ކުރުވެއެވެ. ކުރު ވިސްނުމުގެ ދިރިއުޅުމަށް ނިޔަރުގައި މި ބައެއްޗެހި މުހިންމުވެސް ވިސްނުން ސި މަދުވުމުން ދިރާސާ ބައްދަލުވެ. ދުނިޔޭގައި ހުރި ހުރިހާ ކަމެއް ކާނާއި ބޭނުމުގައި އާބާދީކުރި ވިޔަފާރިޔަކުގައި އޮފީސް ބަދަލުކުރުމުގެ ފުރުސަތު ސަލާމަތީ ކުރުމުގެ ބޮޑު ނަތީޖާ. ކޮންމެފަސް ތަޖާ މާލީ ނަފާ ތަރައްގީއަށް ނަގަމުންދާ އެންމެ މަތީ ކޮންމެހެން ވާންޖެހޭ ކަމެކެވެ.

ގެނުވަތް އިންސާނާއަށް ވަރަށް ބޮޑަށް އިންޖީނިއަރިންގ ފައިދާ ހަމަޖެހުމަށް އެ އިންޖީނިއަރިންގ ހަނދާނެވެ. އެމެރިކާގެ ސައިންޓިފިކް އިވު ކައުންސިލް އަވަ

ބޭނުނީ "މެލިގްނަންޓް ފެޑިއާ ސެލްތަކުން ތަރުބިޔަން ލިބިފައިވާ ޒިންދަގީގެ ހަނިގަނޑެއް ލިބޭ ގޮތުގައި ސިޔާއަސް ކަމެއް ނޫން، ސަބަބަކީ
ދިޔައީމާދޯޓަކުން ރިޔާވެގެ ނަމުން މަޝްހޫރު ބޭނުން ޖެހިއްޖެ ހާލަތްތަކުގައި ގޮވާފައިން ހުރިހާ ބާވަތްތަކުގެ ހާއްސަ ސެލްތަކުގައި ސާދިކުސްތަކެއް ހުރެއެވެ.
ދިރޭއިން ނުވަބައި." އެޑްރިނަލް ޓޫބަކްސްގެ ،1/2ފުއްޖާގެ 3/4ތަޔިޒާއިޒް އަދި ފެންކުރިއާސްގެ 4/5އަދި ހުރިހާ ސެލްލިން އެއް ރައްކާތެރިކުރާއެކު
ނައްތާލާފައިން"(RECNAC ,CELLS, Philadelphia and London, 1955, p. 11ދުނިޔޭގެ އަންގެ މަޝްހޫރު ސަޔިޓީފިކްސްބޭ
ވެސް ގެފެނޭގެ ދިރޭއިން ނުވަބައި ގެއްލުމަކީ އެ ޖަރާސީމަން ސިޔާއަސް ކަމެއްގެ ބޮޑުގައި ނުދަކުވާޒާއިގަނޑަނުވާ އެވެ؛ އެ ގެއްލުން އާންމަން ފެންނަނީ
ދިފައިވާ ޖަރާސީމު އެއްޗެން މަސައްކަތްކުރުން ހުއްޓިގެންނެވެ. އެކަމަކު ކައްސޭރީގެ މި ދިރާސާއިން އަންނަނީ ތް ކާނާ ކެއުން މަދުވެފުން އޮގެ ފަހުން
އެކުޑިވެ ސެލްތަކުގެ އަދަދު ނިސްބަތުން ދަށްވެ، އަދި އެކަމުގެ ސަބަބުން ދިފައިވާ ގެފެނޭ ނުވަތަ ގެނަވަނުއްގެ މަސައްކަތް ކުރުމުގެ ފާބިލުކަން
ދަށްވާ ކަމަށް ތް ކާ މިހުން ގަބިލުކުރާ ގަބިލުކުރުން ކަނަވަރުވާނުދިނުމަކުވެ. ވަރަށް ގިނަ ފަހަރަށް ކައްކާ ކާނާ ކުއްޖަން އެޔްކުޑިފެއިވާ މިހުއްގެ
ގުނަވަންތައް އަމިހުނގެ ފުޓްދަދަހައްބޭނި ސެލްތަކުގެ އާދައިގެ ކާމްޕްލިމެންޓްގެ އަންގެ ދިރާއިން އެއް ނުވަތަ ފަސްބައިކުގަ އެއްބައިގެ
މަސައްކަތްކުރެވެއެވެ.

ފާނޫނުތަކުގެ ތެރެއިން ޖީއް އެކައުންޓް ނަގާއިރު

ގުދުރަތް އެއްވެސް ބައްޔެއް ނުފެނުނަ ސަބަބު ފާރުވިފައި ނުހުންނާނެ؛ ހުރިހާ ކަމެއްވެސް ދުވާލު އަލި ފަދައިން ސާފުވެގެންދެއެވެ. އާދައިގެ،
އެކުޅިވެ ސެލްތަކުގެ އަދަދު މަދުވުމުން ގުދުރަތި ކާނާގެ މިންވަރު މަދުވުމުން، ގުނަވަންތަކާއި ގުނަވަންތައް އަޅާފަށްޓަކައި ނާކާމިޔާބުވެ، ތް
މޭޖިއަރު މަދުވުމުގެ ސަބަބުން އުފެއްދުން ދަށްވެ، ފުދޭވަރަކަށް ނުވެ، އުނިވެގެންދެއެވެ. ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން ދިފައިވާ ގުނަވަންތަކާއި ގުނަވަންތައް
ބަލިވެގެން ދެއެވެ. އަންއޭކާވެސް، އަޅާފާރާއިރު މަދު ހަރަކާތްތެރި ސެލްތަކާއި ބޯޅަވެ، ބޯކު ހުނުނަ ސެލްތަކައް ބަނގުރާވެ، ވަރުބަލިވެފައިވާ
ހަރުމުން، ހިތުގެ ފޭރާތައް ފުލާވެ، ވަރްވެސް އަދި ގެއްލުން ލިބިއެވެ؛ ހަނދާނުގެ ގާބިލު ބާރާއި ބާރުހާމާއި ހަރިހަނދެގެ އެހެނިހެން ގުނަވަންތަކުގެ ނަގާދު
ބައިތައް މާދުނުކަނޑި ފުރުޝަތު ކުރާ ތަންތަން ދަށްވުން؛ ކެފުތިރިތައް ފުލާވެ، ދަށް ފެލައިގެން ދިއުމުގެ ސަބަބުން ބަނގުރާ ބާރާއި ބިއްސާއާއި،
ޗިޑާކަށް މަހުބަރަނުސް އިން ދުވަން، ފުއިރާދިރާ، ހިކުރައިޖެސް، އެކްސިމާ ފެދަ ކަނުކަނު ކުރިމަތިވެއެވެ. އެކަނިގެންވާ ކާނާ ނުލިބުމުގެ ސަބަބުން
ދަތުތައް ހަލާކުވެއެވެ؛ ދިސްތަރިގަނޑު އަޔިކުމައިން ނުވަތަ ފެއްޖެގެންދެއެވެ. ހަމައެއާއެކު، ކައްކާފައި ހުނުނަ ކާނާގެ ޖަރާސީމާއިން ޖެހިލުމަކުން ފައްދާ
ވިހަ މާއްދާތައް ޖަމާވުމުން ހުރުތައް ނާޒުކުވެއެވެ؛ ފޮއްޓިތަކުގެ ފާރުތަކުގައި ހަރު ޖަމާވެފައިވާ ތަނުތަން ހުރެއެވެ؛ ހިމަ (ނުވަތަ ކަލްކިއުލިސް
އެފެދިފައިވަނީ ގައި...

މުގުރު؛ ސުކޮލްވޮރޯސިސް، ލޯމައްޗަކަށް ދިރުން، ސައިބިކާ، ޓްރަމްޕެޓްސް، ގައުމު އަދި އެހެނިހެން ޒިނަ ބަލިތަކެއް އާ ބަލިތައް ފެންނަން ފަށައެވެ. އެންމެ ފަހުން
މިހާރު ވެގެންދަނީ އެޕްސްޓައިން ބާރު އުޖާލާ ގެހުމަން މެދުވެރިވާ ސަބަބުތަކެއް ކިޔައިދިނުމާއި...

ކޮންސަރު.

ކައްކާފައި ހުންނަ އެއްވެސް ބީހަކީ އަމިއްލައަށް ދުވަހުގެ ސިއްހަތާއްގެ ގޮތުގައި ދޫކުރެވޭނެ ނުވާނެއެވެ. އޭނާގެ ބަލިމަޑުކަމުގެ ބިންގާ އާދިފަހިވަނީ އޭނާ
އުފަންވުމުގެ ކުރިންވެސް އޭނާގެ އާޖުކޮޅު ކައްކާ ކާ މަސްމަހެވެ. އޭނާގެ ގެރިވަންތަކެއް ހަލާކުވެ ކޮންމެ ހިނދުކޮޅަކު ނުރައްކާތެރި ތަރައްޤީ ވެފައި ހުރެ އެންމެ ފަހުގެ ހަކަތަ
ހުސްވެގެން ދެއެވެ. މި ސަފުހާތަކުގެ ކިޔުމަށްފަހު، އޭނާގެ ސިއްހަތަށް އަޅާ، އޭނާގެ ފުރާނައަށް އަރާފާ ދިޔަ، އާ ނުރައްކާ ނަފްތާލީނާ ދިމާވުން ވަރުގަދަ ހިންނުމުގެ
ނިންމައި، އޭނާގެ ޖަރާސީމަށް މިހާރުވެސް ލިބިފައިވާ ގެއްލުން ފުރިހަމަކަމަށް މަރާމާތު ކުރަން ޖެހެއެވެ. ވަކިން ހުއްސަކޮށް ފަހުވެމުގައި ލޯމައްޗަކަށް ދިރުމުގެ
ޝިފާކުރައްވަން ވަރުގަދަ ޖިހުން އެންމެ ހިނދުކޮޅަކަށް ވެސް ފަސޭހަކޮށްދެވޭނެ ނުވާނެ، ސަބަބަކީ އެމީހުންގެ ދިރިއުޅުން ބަދު ދަނޑިއްޔާއްގައި ތަކުލީފީ އެވެ. އެމީހުން
މާދަމާ އެމީހުންގެ މަރުހަބާގެ ނޫޑިސްތަކުގައި "ހިވެސް ނުކުރާ" މި ނުބައި ލަދުޖެ ފެންނަން ދުރާލާއިގެން ނުވާނެއެވެ. އާ ބަހަކީ "ތަހުޒީބު" އިންސާނާގެ
ކުރާސް ޖެހިފުކަމުގެ އެންމެ ފަހަރަކާއި ފިޔަވައި ހުއްޓާލެވެ.

ކުރިކުރީގެ ތަމްތަޒެ ކައްޒާ ދުވަހަކުވެސް ސަބަބެއް ނެތި ޓޯއިގެން ނުވާނެ؛ އޭނާ ދުވަހަކުވެސް ހަމަޖެހުމެއް ނެތް ރަނގޮ ޒުވާބާ ކުރުވާކަމެއްގެން ނުވާނެ ބަނޑުގެ
ބަލިތައް ޖެހިގެން ނުވާނެ، އަދިވެސް ހުރުގެ އަސަރު މަދުވެގެން ނުވާނެއެވެ. އަދި ދުވަހަކުވެސް ވިޔަފާރި ނުވާނެ ކުލޮސިއަމް މަދުވުން ތަޖްރިބާ ކުރުވިގެން
ނުވާނެއެވެ.
މިހުރިހާ ކަމަކީ ކައްކާ ކާނާއާއި ހިރުތަކާއި އޭނާގެ ކައްކާފައި ހުންނަ މަސްމަގުގެ ހިރުގެ ދަރުދަރުތަރުތައްގެ ނަތީޖާއެވެ. އަދިން އުފެން ކުއްޖަކު ކައްކާ ކާނާއަށް ހާސްވެގެން
ދިއުމަކީ އެންމެ އަނިޔާވެރި ކުރުމެއް ކަމަށް ތަކުރާރުކުރާން އިއްވާން ކުރެވެ. މިހާތަނަށް އަހައިރު މި ކުރަކީ ހުރިހާ ބެލޭނިވެރިން ވެސް ގަސްތުގައި ނުކުތާ ކުރަނީވެ؛
މިހާރުން ފެނިގެން އައީ ކުރިން ޓްރިވިޔަލް ޖަހިމާއައްޔަށް ގޮތުގައި ބަލާނެއެވެ. މާދަމާ އެއްވެސް ބެލޭނިވެރިއަކަށް އެމީހުންގެ ކުރު ލުއި ނުކުރަލޯނެއެވެ.

ސާއިކަލޮ އޮޕަރޭޝަނެއް ކުރަން ނިންމުމުގެ ކުރިން ބަލިހާ ފުރިހަމަ ޓް-އީބީއާ އަން ޑިކްސް ކުރަން ޖެހެ އެވެ. ހަރާކާތްފައިވާ ގޮނޑުވަނަ
އުކުޅުވާ ސުލުތަކުގެ ކޮމްޕްލެކްސް މުޅިން ގެއްލިފައި ނުވާނަމަ، ސިއްރަމު ތަނަގަނު ސުލުތައް ވިހެއި، ބަލިވެފައިވާ ސުލުތަކުން ސައިޓަމޯވް، ފުރިހަމަ
މަސައްކަތް ކުރުމުގެ ޓޫބިލްކަން އަލުން ލިބިދާނެއެވެ.

އިންސާނާގެ ޖަރާސީމުގައި އެއްވެސް ބަލި ސުލުއެއް ހުންނަނީ ހިނދުކޮޅު، ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާއަން ވަރުގަދަ ޝައުގުވެރިކަމެއް އުފެދެއެވެ.
އެކަމަކު ހަރިގަނޑުގެ ބަލި ސުލުތަކުން ސާފުވުމުން، ކައްކާފައި ހުންނަ ކާއްނަތައް ފެނުމުން އަސްލު ފުރިގެންދެއެވެ

ސަފްރަތާއި އެކު، އުފާވެރިކަމުގެ ބަދަލުގައި އިންސާނާއެވެ. "ބަސްޖެހުއްޓުންކުރުމުގެ" އިހުސާސް ވަރުގަދަވެފައިވަނީ ބަލި ފުންވެ، ގެއްލުވާލަންދެއެވެ. ކުރުކޮށް ބުނާނަމަ ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާގެ އެދުންވެރިކަމަކީ ބަލިމަޖެހުކަމުގެ އެދުން ކަމަށާއި، އެ އެދުން ދަމަހައްޓަމުން ދޭހަވާ ކަމެކެވެ. އެހެންކަމުން ބަލިމަޖެހުކަން ދަށަދަންނަ ނައްތާލުމަށްޓަކައި ބާރުލީ އިންސާނާ ބަސްޖެހުއްޓުންކުރުން މުހިއްމެވެ.

ކުންސަރު ބަލިމީހުން ވަގުތުން ދުވާލަކު އެއް ޖަހައިން އާދަވާ ނުވަތަ އަސްބު ފަދަ ބޯ ކާނާގެ އިންތިހާއަށް ލިމިޓެއް ޖެހިބެއްގައި ބަރައްޓަން ޖެހޭ އެވެ.

މި މިންވަރަކީ ހަމަޖެ އިންސާނާ ދިރިހުރުމަށް ފުދޭވަރުގެ އެއްޗަކަށް ވާއިރު، އޭގެ އެއްވެސް ހިއްސާއެއް ހުރުމަށް ނުކުޅެދިފައިވާ ކެންސަރު ސެލްތަކެއް މަޑުމަޑުން މަރުވާނެ އެވެ. ތަފާސް މަރުގެ ހުކުމް އިއްވާފައިވާ ދިމާގެ ނިމުން އަވަސްކުރުމުގެ އަމުގައި އެހާގެ ތަފާސް ފުއްދައިދިނުމުގެ އެއްވެސް ހައްޖެއް މިހާރު ނެތެވެ.

އުމުރުން މަސްތުވާތަކާމީގެ ނަން ދިފައިވާ 350،000 ވައްތަރުގެ ވިދަ މާއްދާތަކުން އަޅުގަނޑުމެންނަށް ފެތުރެންދެވޭނީ ކޮން ބޮޑުންތަކެއް ޒަރުމަތަކުއްޔާ މިހާރު ބޮޑުވަމާ ހިނގާނެވެ.
އުމުރުންނަން ތަފާތު ކުރެވިފައިވާ ސެލްތަކުގެ އަދަދު އިތުރުވެގެން، ބަލިކަށި ސެލްތައް ވެރިގަދަވެގެން ނުވަތަ ނުކުޅެދުންތެރިކަން ހުންނަ ސެލްތަކުން މަސައްކަތް ކުރުމުގެ ތަފާތު ކުޑަސިފައެއް ހިތިދާން ހުއްޓެވެ؟ އުމުރުންނަން ބަސްޖެހުއްޓުންކުރުމުގެ ގޮތުންދެވަކަން ތަ މެޖިރީއަލް ފެތުރެންދެވޭނެތި ނުވަތަ އަލިފާނުގެ ސަބަބުން ހުރިކަށިވެއްވާ ނިއުތްރިއެންޓް ކާންސްޓިޖެއުމްބެއްސެގެ ބަދަލުގައި ބޮޑުންތަކުފެތުރެންތިއެވެ؟ އެއީ ހިތުގެ މަސްތަށް ވަރުގަދަކަމުގެ ފަރާތުގަތަކުން އުމުރުންގެ ނިޒާމްތަށް ސާފުކުރެވިފައިވާ ހުއްޓެވެ؟ ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާތަކުން އަދަދުތަކުގެ ހަރަކާތްތަކަށް ވެސްނަ ނިޒާމާއި ވިސްތަށް އަދަދުތަކުގެ ގުނަވަސްތަކަށް މުދަލުކަށި ދަތުރުވެސް ހުއްޓެވެ؟ އެނގުމަކުން ކުރުސުރު ސެލްތައް އެއްބަރުކަށް އަނގައިބަރުކަށް ވަޅުގޮނޑު ނައްތާލުމަށްކަނީ ނުވަތަ ހަރަކާތްތަކާމެދު ގުޅޭވަރުގެ ހުއްޓެވެ؟ ފުދުރުއްގައި އެ ވިސްތަކަށް ހަމަގަތުގައި އަދުހަރާތުގެ ހާލަތުގައި ކާނާގެ މުދަލުހާ ބައިގެ ކަމުގައި ވެދާނެ ކަމަކާއި އެއީ ގުދުރަތީ ކާނާގެ ތަތްގައި އެ ވިސްތަށް ހިމަނަން ހަނދާން ނަތީޖާން ދިރުމަށް އެކުލެވިގެންވާ ސަބަބުން ކަމަށް ވެދާނެއެވެ.

މައްސަލައިގެ ހަމަގަތުން އެ މާއްދާތަކުގެ އަސަރަށް...

ސިހުރުވެރި، މަކަރުވެރި، ފާޚާނާ ބޯގެ، ފުރުއަރާ އަދި ބަދަލުވުމް ނާޖަނަ ގޮތަކް ގެއްލުން ހުރި ކަންކަމެވެ.

މަސްތުވާތަކާމީގެ ފައިދާހުރި ސިފަތަކާ ބޯގަ ފުރާ އަދަހިއްސާތައް އަޅުގަނޑުމެންގެ ޖަމާތުގެ ވާހަކައެވެ. ހުރާމާތުގެ ބޯގެ ދުނިޔޭއަކުން މި ދުނިޔޭގެ ހުރިހާ ތަރައްޤީވުމް އެހެން ބާރުގެ ދަރުމައިގެ ހިދާޔަތްބައި، ބާނި ބޭސްތަކް ތަފިދުގެ ދައުރު އަދިއްލަތަކް ނަގައެވެ.

އަޅުގަނޑުމެން ފެންސިގެ އުސޫލުތަކުން ފައިބައިގެން މި މައްސަލަތަކާ މެދު ހަރުދު ވިސްނުމުގެ ގޮތުގެ ތަނުން ދެއެވެ. އޭގެ ޖާތުގައި ނިމުމުގެ ނަތީ ކޯ ސަލާމަތް، އިންސާނުން އުފެއްދި ހުރިހާ ފަރުބަދަތަކުން ތަރުކަރާދާރު ސަޕްރަކާއްޓަރުގެ އެކުލެވިގެންވެއެވެ. މިއީ

އަމިޔުންގެ ހުރިހާ އެއްބަޔިވަންތަ މަސައްކަތުން ދުނިޔޭގެ ތަޖުރިބާކުރުންނަށް ދުވަހަކުވެސް ދިރިހުރި އެންމެ ޝަރުތެއް ވެސް ވުޖޫދުވުން ގެނެވޭ ގޮތެއް ނެތިކަން ވަރަށް ސާފު ހަމަގޮތުން ސާފުވެގެންދެއެވެ. އަދިވެސް ކޮންމެ ގުނަވަނަށް އެކުވެރިވެގެންވެސް މިފަދަ އެތައް މިލިއަން ޝަރުތުތަކެއްގެ މައްޗަށެވެ. އެހެންނަމަވެސް، އާދައިގެ ގާނޫނުތަކާ އަޅައިލާއިރު ތަބާވެއްޖެނަމަ ކުރަނީ އެ ފުދޭ ދުނިޔެތެރޭގެ ހުއްޓަ ގާނޫނުތަކުގެ ގޮތުގައެވެ. އެ ގާނޫނު ކަނޑައަޅާފައިވާ ކޮންމެ ވެސް "ބޭރުއް" ގެ ނަން ލިޔުއްވާއިރު، އެކަން ސާއިންސްކާރުން ހިމަނައި، އެންމެ ފަހުއް ލިޔެވުން އެތައް މިލިއަން ފުރަސްތޭނިގެ ޖެނެރޭޝަނުގެ މަސައްކަތްތަކެއް އަޅުގަނޑު އާދަކާރަކުން ކުރަމެވެ. އަހަރެންގެ ކުޑަކުޑަ ކުދިންގެ އަތޮޅުގައި ހިފާހައްޔަކުން، އަހަރުމެތަކުއް ވަންދުން، އަހަރެން އެއް ފަހަރުމެން އަނެއް ފަހަރުމެން ދަތުރުކުރި، އެ ފުރަބުދުފަސް، ދިރިއުޅުން ލިބޭ އިލްހާސްކީ ހުދުމުގެ އެންމެފުރިހަމަ އެވެ! ކޮންމެ ބަލިމީހަކު ކޮންމެ ހާލަތެއްގައި ވިދާސް މިއަދު އަސާގެ ގާނޫނުގެ ދުނިޔޭގައި ބަޔާ ޖެހޭ ނުވަތަ ހާސްރޫޙުގެ ދިއުމުގައި އަސާގެ ޖަގަ ހުރުމަކީ ހަމަ އެ ފަސްސޮރު އުއްމީދާއިކަމެވެ.

ކޮންމެ ބައްދަލުވުމެއް އަބަދު ހަމައެކަނި ފަރުވާއަކީ މުޅިންވެސް ބަލިމީހާގެ އަމިއްލަ އަދަބުދުގައި އަބަދު އިޙުރެވެ. ހުރިހާ ބަލިބަލައިގެ ސަބަބުތަކެއް ފެންނަން އާރީ ބަދިގެ އަލިފާންގަނޑުގެ ނަތީޖާއެއް ވެއްޖެނެވެ. އެ އަލިފާންގަނޑުގެ ނަތީޖާއިން އިންސާނާގެ ހުރިހާ ތަކުރާރުވުމުގެ ނަތީޖާއެއް ކަމުގައެވެ. ފުރިހަމަކަން ލިބުނު ހާލަތެއް ހަމައެކަނި ކޮންމެ ބާވަތްތަކުގެ ބައްދަލުތަކުގެ ދަށުގައި ރަނގަޅުވެލާއިރު ކަމެއް ނޫން ކަމަށްވެސް، މިހާރުވެސް ޖެހޭ ހުރިހާ ބަލިތަކެއް، އެންމެ މަދު ބަލިތަކުން ފެނިގެން އެންމެ ސިކުނޑި އަދި މުއްސަނދި ބަލިތަކުން މުޅިން ރަނގަޅުކޮށްދީ ކަމެކެވެ.

މި ކަމުގައި ފެމެލީގައި އަދުވަސްބައިކަން މި މައުސޫލުއް ދިރުމެއް ބާރުގައިތަކުން މުއްސަދިވެފައި ނުކުރެވޭނެއެވެ. އެންމެ މީސްމީހުން ހުރިހާ ދުނިޔޭގެ ފަސޭހަކަމުން ދުނިޔެވެއެވެ. ހިތައި ވަގުތީ ބަލިތަކާ މިއަދު އިންސާނުންނަށް ހުރިމަތިވެދާނެ ބަލިކަމަށް ވާއްސަކަށް ބަލިކަރުދާސްގެ. ވެސް ބައްދަލުވުމުގައި ހިތުގެ އެކި ބަލިތަކުގައި މަރުވާ މީހުންގެ ނިސްބަތް ޖަގަމަ މަރުވާ މީހުންގެ ނުބައިކުރުމާ އެއްބައިވަންތަވުމަށް މަރިވެ، އެ ނިސްބަތް އިތުރުވެފައި ހުރެއެވެ. އެ ބަލިތަކާ ދެކޮޅަށް މީހުންނަކީ ހުރިހާ ބައިއްކޮށް ހުރުމެއް ގައި ސިކުނޑީގައި ފިޒިކަލް އަދި ނަފްސާނީ ގޮތުން ބަލިވެފައިވާ ގޮތުގައިވެސް. އަހަރެން ދެނެގަތުމަށް ހިތުގެ އަމަލު ހިމެނޭ ބަލިތަކުން، ހިތުގެ ބަލި ހާލަތު ހިނގައިގެން ބާވަތްތަކުގެ ބޭރުގެ ބާވަތްތަކުގެ މަރުވުމުގެ ނުރައްކާތަކެވެ. ހުރި ސިގަރެޓު ބޯ ފުޅުގެ ޝުކުރު ވަރަށް ބޮޑުވެގެން ކަނޑާލާފައި ވާނީ ކަމަށް ހުރި ބަލިތަކުގެ ބައެއް ބާރު ވަގުތުން ވިސްނާލުމަށް ވާފަދައިން ކޮންމެ ސިފައެއްގެ ބަލިބަލިތައް ފެންނާނެއެވެ. ކާކު-ވިލަސްރޯލް އިން އެ ހުރިހާ މަސައްކަތު ނުވަތަ ގޮތުގައި ބަލިތަކަށް ސިއްޙީ ގެންގޮސްދެއެވެ.

މަދު ހަފްތާއެއް ނުވަތަ މަސްތަކެއްގެ ތެރޭގައި ހިތުގެ ސްޓްރޯކެއް ޖެހިގެން މަރުވާން ކަނޑައެޅިފައިވާ ބަލިމީހާ ގުދުރަތުގެ ޤާނޫނުތަކުގެ ތެރެއިން ހިމާޔަތް ހޯދައި މިއަދު ރޯ ކާއްމަށް ބަދަލުވެއްޖެނަމަ، ގާތްގަނޑަކަށް އެއް ރެއެއްގެ ތެރޭގައި އޭނާގެ ހާލަތު އަވަސް ރަނގަޅުވާން ކަމުގެ އިހްސާސް ކުރެވޭނެއެވެ. އެންމެ ފުރަތަމަ ދުވަހުން ފެނިގެން އޭނާގެ ޑޮކްޓަރުންގެ ނަރުސިންގ ސްޓާފް އަވަހަށް ގެއްލުން ފެނާއިރު، އޭނާގެ ފޭނާރުތަކުގެ ފާރުތަކުގެ އިތުރުން ހިތާއި އޭގެ ވަށްވަށް އަން ފެސް މަދުމަދުން ހަރަކާތްތެރި ސެލްތަކުގެ ތޮޅި ކޮމްޕިއުޓަރބަލާއިރު އާ ދިރިއުޅުމެއް ލިބިގެންދާނެއެވެ އުމުރުންގެ ރަނގަޅު އިޚްލާސްތެރިކަމާއި ވަރުގަދަކަން އަޅުން ހޯދުމެވެ. ސަރީރާއެއްގެ ގޮތުން މަދު ހަފްތާއެއްހާ ދުވަހުގެ ތެރޭގައި މަރުވުމުގެ ބަދަލުގައި ރޯ އިހިން އަހަރުން ވަންނަ މިހާރުން އިތުރު 50 އަހަރު ނުވަތަ އެއަށް ވުރެ ގިނަ ދުވަހުގެ ދުވަސްވަރު ދިރިއުޅުމަކަށް އިތުބާރާއެކު އިންތިޒާރު ކުރެވޭނެ އެވެ. ސުވާލަކީ މަދު ހަފްތާއެއްހާ ދުވަހުގެ ބަލިކަށި ދިރިއުޅުމެއްގެ ބަދަލުގައި ބައިގަނޑުގެ ދުވަސްކޮޅު ދިރިއުޅުމެއް އުޅުމުގެ ސުވާލަކަށް ވާއިރު، ފަސްޖެހުން އަޅުގަނޑުމެންގެ ހިތަށް ވަރުގެން ނުވާނެއެވެ. މަރުވުމަކީ ކުއްލިއަކަށް އަދި ހިފެސް ނުކުރާފަދަ ކަމެއްގެ ގޮތުގައި ދުލުމަތީ ބެއްދިފައި ކަމެއް ނޫނެވެ. ޝައުޤު ނަހަދާފާ ޝިކާރައަކަށް ފެއިލުވާ މީހެއްގެ އަނގައިން މަރާއި ދާދި ކާމިޔާބުކަމެއް ވަންނަވަން ފެނުމުން، އޭނާގެ ހިތުގެ ފާރުތަކާއި ލޮޅިބަތަކުގައި ވަރަށް އަވަހަށް ހިނގަމުންދާ ރީޖެނެރޭޝަން ސިފަކުރުން، ކޮންމެ ހިނދުކޮޅުކަމަށް އޭނާއަށް ހިތުގެ ސްޓްރޯކެއް ދިމާނުވާ ކަމަށް އުއްމީދު ކުރެވެއެވެ.

އާންމުކޮށް ބޭނުންކުރާ ބަލިތަކެއް ޖެހުމަކުން ގެއްލިފައިވާ އަސާސީ ސަބަބެއް ވެއެވެ: 1. ތަފާތު ސެލްތަކުގެ އަދަދު މަދުވުން. 2. ގޮތްފޯނޓްތަކުގެ މަސައްކަތްތަކަށް ބޭނުންވާ ރޯ މެޓީރިއަލްސް ފުރިހަމަ ނުވުން. 3. ޖެރާސީމުގައި ބިރުސީ ހަރިގަނޑާއި ފެރެސައިބިލް ސެލްތަކެއް ރުލުން. 4. ބައޮޕިރިއަލް އިންފްލެމޭޝަން އަދި ސެލްތަކުގެ ދިރުމާއި ބާރު ބަލިކަރުވުން. ރޯ އިހިން އިން މި ހަރަކާތް ސަބަބާ ވެސް ފުރިހަމައެއްކަމަށް ކުރިމަތިވާއިރު، ބަލިގެ މައްސަލައަކީ ހަމަ ހަރަކާތް ލިބިގެންދާ އެވެ.

ސަމާލުވެސް ރޯ ކާއްމުގެ ފުރަތަމަ ދުވަސްވަރު ކައްކާފައި ކާއްމަށް އެޖެކްޓްވާ މީހުންނަށް ބައެއް ފަހަރު އަނިޔާ އުދަނގޫތަކަށް ކުރިމަތިވެ، ވިސްނުމެއް ނެތި މީހުންނަށް ގުދުރަތީ ކާނާތަކުން ހަރިހަރިހެ ވަރުބަލިވެ ސިއްހަތަށް ގެއްލުންވާ ކަމުގެ ދޮރު ތަސައްވުރުވެސް ލިބިދޭން އެވެ. މި އާދަވެރިކަމަކީ މިޒާޖުގެ އިންސާނާގެ ކުރު ވިސްނުމުގެ އެންމެ ފާހަގަކޮށްލެވޭ ގޮތެވެ. ގުދުރަތީ ނިއުޓްރިޝަންގެ ފަހަތުން ގުދުރަތީ ނޫން އަދި ގެއްލުން ހުރި ސަރީޢާތަކެއް ލިބިދޭން ކަމުގެ ހަމައެކަނި ޒާތުގެ އެންމެ މުޖުތަމަޢު ސަޖަރުއްޒާތާ ކަމަށާއި، މިއީ އެއްފަރާތަކާ އަޅުގަނޑުމެންގެ ފިކުރުތަކުން ދުރުކުރަން ޖެހޭ ޒާތުގެތަކެވެ.

Machine Translated by Google

އެއީ އުފެންވާން ޖެހޭނީ ސިލްސިލާގައި 40-50ކިލޯ ނުވަތަ އެއަށްވުރެ ގިނައިން ފިރިހެނުންމީ
ސަބަބަކީ ކިލޯގެ ބަރުދަނުން ނިސްބަތުވެފައި ދޮރު މިހާރަށް ކަމަށާއި، ވަޒަނުން ގިރާވާން ފަށާނެ ކަމަށާއި، އަގު ބޮޑު ސްލިމްކަމާއި، ސަރުޖީކަލާއި، ކޮންކްރީޓްކަމާއި، ފިޒިކަލާއި އެކު، ލޯގެ ކޮޅަށް ދުވެފައި ބޯސް، އެކްސްރޭ ބޮޑުފުރާނަ ހަރަކާތްތެރިކަން ނުހުރެކުރާން ކަމަށް —ފުޓްނޯޓާއި ކުޅަކަމުދާ ބަޔަކީ އަދި ފޮތިގަނޑު. ކުޅަކަމުދާ ބަޔަކީ އަދި ފޮތިގައި ހުންނަ ބޯޑު މައްދާތަށް ބަލައިލުން، ކުރު ވިސްނުމެއްގެ މިހާރަށް ހިލާފު އެއީ ގުދުރަތީ ކާނާބަޔާން އުފެދިފައިވާ އައްސޭރިބަޔާއް ކަމަށާއި، ހަމިގަބުގައި އެއީ ދޫގެ މިހާގެ ނަފުސުތަބު އުފެދޭ ހަރިގަނޑުން އަނގަ އައްސޭރި ކަމަށާއި، އެ މާއްދާތައް މަޖުމަޖުން ބޯކަރުވޭ، އެ ޖަރާސީމު އަބަދުންޖެހޭ ދުޅަހެޔޮ ކަމަށެވެ .
އެއީ ރޯ-އިޓިންގެ އަން ބަދުލުވުން މެދުކަށް ސައިންސްގެ އާންމު މިންގަނޑުތަކުން ކާނބޯތަށް ކުރަން ނުޖެހޭ ސަބަބެވެ؛ އޭގެ ބަދަލުގައި އަށްގަނޑުމުން އިތުބާރާއެކު ގުދުރަތީގެ ޒާތުންތަކަށް ތަބާވެ، އެންމެ ފަހުގެ ނަތީޖާއަށް ކެތްތެރިކަމާއި ކެތްތެރިކަމާއެކު އިންތިޒާރު ކުރަން ޖެހެއެވެ.

އެ މުއްދަތުގައި ފުއްޕާމާގެ އަލިފާންތަކަށް ރަނގަޅަށް ފުރިދާން،
ގޮތްތަކުގައި ރިއްސުމާއި، ބޭރުގައި ހިރުން، ބޮޑުއަނބު ރޭނުން، އާންމުކޮށް ނާޖުކުވުން ފަދަ ކަންކަމެވެ. ވަކި ހާލަތްތަކުގައި ކުޅަކަމުދާ ތަކެތި ގަދަވެ، ފައި ދުވެވެ، ހަރިގަނޑުގައި ޕިރު އުފެދި، ހަމުގެ ވަކި ހިސާބުތަކުގައި ހިކި، ޕިމްޕަލްސް ފަދަ ކަންކަން މެދުވެރިވެދާން އެވެ. މި ހުރިހާ ކަމެއް ވެސް ޖަހަރުވުމާއި ޝިފާ ލިބުމުގެ ޕްރޮސެސްތަކެއް ކަމުން އެއްވެސް ހާލުގައި "ބަނޑުހައިރާންކަމުގެ" އިހްސާސެއް ބޭނުމާ، ހާލުގައި ދަސްކުރާކަށް ހިކުމަތާއިރު ޝައްކު އުފެދި، "ނިޔަބިރުޝަނަލް" ރޯގަނޑުގެ ކުއްލިތައް ތަކެތި ދިކުރެ ކާނގަން ނުވާނެ،-"ފުރިހަމަ ބޮޑުންސްގެ" ޕްރޮޓީންތަކާއި... އެހީތެރިކަމުން ޖަހާ "ބަދަލު ނުކުރެވޭ" އެމީން އެސިޑުތަކެވެ.
އެކަން ކުރަން މާތާވާން ޖެހިއްޖެނަމަ، މި އަލިފާން އެއްފަރާތު ނިޒާމުގެ ކަމަށާއި، ނަމަވެސް ސިއްހަތަށް ގެއްލުން ވާން ކަމަށެވެ. ދޫގެ މިހާ ދަން ލުއި ނޯވައެއް ދުވަސް ކުރު ކަމަށް މާތާކަމުން ހިލަމުން، އާ ދިރިއުޅުމަކާއި އަނގައިކާވެސް ބޭނުން ފަށާނެއެވެ.

މިފަދަ އަލިފާންތަކަށް އެއް ފަރުދަކަށް އަނެއް ފަރުދަކަށް ފުންމާއި ސިފައަސްކަން ތަފާތުވެ، ވަކި ހާލަތްތަކުގައި މުޅިން ނުފެނިދާން އެވެ.
އުސޫލެއްގެ ގޮތުން އެއީ އުމުރުން ދުވަސްވީ މީހުންނާއި ފަދަ މީހުންގެ ގައިގައި ހަރުކަށި، ޖިސްމާނީގެ ކިބައިގައި މަޖުމައިޖިރު އަދި އާދައިގެ ގޮތެއްގައި ބޭނުމެއް ފަދަ އަރަން އުފެއްދާ ކުރިއްސާ ކިބައިން މުހިންމު ކަރަބު ކުރިއްސޭ. އާންމުކޮށް ބުނާނަމަ މާ ފަދަ މިހާގެ ހަރިގަނޑުގައި ދޫގެ މިހާ ވަނީ އޭނާގެ ބަދު ބަދަލުންގެ ފުރުޝަތުގައި ހަޔާ މިހާ ފެއްތާގައި ފަށާކަތްފިޔާ އެވެ. ރޯ-އިޓިންގެ ގޮ ފުރަތަމަ މުއްދަތުގައެވެ

އެގޮތަ މީހުންގެ ބަރުދަން ކުޑަވެ، އެ ބަދަލުގެ ހަޤީ ސިފަ ނުވިސްނޭ މީހުން އޭނާއަށް ތަހުމަތުކުރަން ފަށާނެއެވެ.

އެކަމަކު މިއީ ހަމައެކަނި ހަޖަމުކުރުމުގައި ހިނގަމުންދާ ކަންކަމުގެ ފޮލޯ ތަސްވީރެކެވެ.
ޙް ކާ މީހާގެ ހަށިގަނޑުގައި ހަމަ މިހާ، ހަށިގަނޑުގައި ފުރަތަމަ ދުވަހުން ފެނިގެން ވެސް ބަރުދަން އިތުރުވާން ފަށާފައިވާނެ، ދޮވޭ މީހާގެ ކިބައިން ސަލާމަތްވުމަށްފަހު، އެނާގެ އަންގަ ބަރުދަނަށް ވާސިލުވާންދެން ގަވާއިދުން ބޭނުންވާ ގޮތެއް ނުދާނެއެވެ. ވަރަށް ތުނި މީހުންގެ ކިބައިގައި ހަމަ މީހާގެ ބަރުދަން އިތުރުވުމުން ދެވަނަ މީހާއަށް މިގޮތަށް ގެއްލުމުން ކަމަކުންބަރޭގެ ފެނުނުތޯ ކަމަނާއި، އޭގެ ސަބަބަކީ ހަމަ ފުރުސަތުގައި ބަރުދަނުގައި ސާފު އިތުރުވުމެވެ ހުނުނު ކަމަކަށެވެ.

ހަމަ ފުރުހަނުމީހާގެ މި ބާޒާރުގައި ވަގުތު ހައިޖެކާން ތުނި، ފަހުގެ އަދި ބޮޑުކަމި ކުދިންގެ ތުށޭގައި އަވަސް ކަމުކެވެ. ކަލު ކާ ކުދިން ކައުކާ ކުޑަ އެކުވެރިން ފަދައިން މުޅި ގަދަވެ، ޗާޓީ ފައި ހުނަ ކުދިންނަށް އަދިގަނޑުމަން އުންމީދު ނުކުރަން، ސަބަބަކީ ފަރާކަމި ދޮގު މީހާގެ ނިސްބަތްކެވެ. ޙް- ކާ ކުދިންނަކީ ހަމަ ގައިމުވެސް ސްޓިމް، ސިންޕަލް އަދި މަސްގަނޑު ޕިނަ ކުދިންތަކަކަށް ވާނެއެވެ. ސާދާ ވިސްނުމުގެ މައިންބަފައިން ދަރިންގެ ފުރިހަމަ ކަމާއި އުފާކުރަނީ ހުދުމުހުތާރު ޖަހާލުކަމުގެ ތަރުއިއްޔަތެވެ.

އަހަރެން ފުރަތަމަ ޙް-އިޖިންގ އަން ބަދަލުވިއިރު، އަހަރެންގެ ޖަރާސީމުގައި ސާފުކުރުމުގެ ފުޑާ ފުރޯސެސްއެއް ފެނިގެން ދިޔައެވެ. އަހަރެންނަށް ނޭޖްކުރުމުގެ އެއްވެސް އަލާމާތެއް ނުފެނުނު ނަމަވެސް ގޮސްތުގައި ރިއާސްލާއި، އިނގިރޭސިކާއި ފައިގެ އިނގިރޭސިކުގެ މެދުގައިވާ ތަނބަތަން ހިކި، އޭގެ ފަހުން ސެކްސްލް ހިލާފުޅާއި، ހިނގަނޑުގައި ރިއާސްލާއި، ފައިގެ ވައި ހިސާބު ބަކުގައި ހަނގަނޑު އުފެދުނުފަ ހިކިފައި ފައިއިގެން ގޮސްފައި ހުރިއެވެ. އޭގެ ކުރިން ޕިނައިން ކުޑަކާން ދުވަފެއިފައި ހުރި އަހަރެންގެ ފައި ކައްލިއަކަން މަޖުބަރަން ދުވަވެ، މި ދުވަ ފިލުވަން މަސްތަކަށް ނަގާން އެވެ. ދަން އިރުގެ ކަލަވަކުން އަހަރެންގެ ކުޑަކުދުގެ ތަކި ފުޑާ ފަރަކަން ޗާޖެ ވެގެން ދިޔައެވެ. އެ މުދި މެއްދަމަގައި އަހަރެން ކަސްރަތު ކުރި މީގެ ކުރިން އަހަރެންގެ ހައްޕަގައި ކުރިއަށް ދިޔަ ވަރަށް ވެރި ދިގު ހިނގާފުންގަނޑު ކޮށްގެންފަދާ. އަދިގަނޑަށް ފުޑާވަރަކަށް ސާފުކުރުމުގެ އުމުރުގައި، ގެދަރަށް ކާނާއި ޖީ ސްމާނީ ކަސްރަތުގެ މެދުންކުރިން ޖޯލާނާގެ ދަރަން، ކަމްކާފައި ކަމުދާ 50އަހަރު ދުވަހުގެ ތަޖުރިބާގައި އަހަރެންގެ ޢާއިލާގައި ހުތްވަކިގައި ޖަމާވެފައިވާ ކޮންކްރީޓްނަށް ފިޔަފުގެން ގުނަވަން ފަށާފައިވާކަމެވެ. އަހަރެންގެ ގޮތް ބުރުކުރުން އިތުރަށް ތަރުޖަން ކުރުމަށްބަލައި ކަމަކުރިއަކަށް ޙް ކައިން އެއްކަތަރު ހުއްޓާލިއި މިން ދުވަސް ވަންދުން ކައި ހަމައެކަނި މަހުގެ ކައިންތަކެވެ. އަންމު ފުރަތަމަ ދުވަހު އަހަރެންގެ ކުޑަކުދުގެ ތަކިތަކީގެ ޗާޖިޖީ ކުޑަ، ދެވަނަ ދުވަހު ކުދިކުދި އަސަރުތަކެއް ބޭރު ހުރިއިރު، ތިންވަނަ ދުވަހު މުޅިން ނައިގެން ދިޔައެވެ.

އަހަރެން އަދިން ޙް ކައިން ފުރުމުން އަހަރެންގެ ކުޑަކުދުގެ ކަކިތަކީ އަނިޔާވެސް ޗާޖެ ވެގެން ދިޔަ ނަމަވެސް...

ކުރީގެ ސިޔާއަސްކަރުމުގައި ނޫން ކަމަށާއި، މަޖުމަޖުން މަދު ހަފްތާއެއް ދުވަހުގެ ތެރޭގައި ސާފުވެގެން ދިޔަ ކަމަށެވެ. ކޮށްލާފައި ކުއްމުގެ ތިން ދުވަހުގެ ސަބަބުން އަހަރެންގެ ޖަރާސީމު ސާފުވުމުގެ އަވަސް ރޭޓް ފަސޭހަވެއްޖާ ކަމަށް ބެލެވޭތީއެވެ. ކަންކަމާކުރިމަތިވުމުން ހަމަ އެވަގުތު އަހަރެންނަށް އެހެން ހެދުމެއް ލިބުނެވެ. ވޯން ކާނާއަށް ރީ ފެނުން އައިސްކުރީގެ ތެރޭގައި އަހަރެންގެ ހިތްގަދަކަމުގެ ބޮޑުކަން ދީން ޔަގީން އިތުރުވެގެން ދިޔައެވެ.

ނަސީބަކުން އަހަރެން ކުރީގެ ބޮޑުކަމަކުން އެނބުރި އައީ ރޯ ކުއްލިން އަލުން ފެނިލާ ހަމަހުރުމަށް ދުވަހުއެވެ.

ރޯ-އީބިންގ އަން އަލަން ރިކުރޫޓް ވަޒީފާ މީހާއަން ހެޅި އެއް ލިބުނީ ފަހަރެއްގައި ތަނަވަސް ކަމަށް ވަގުތު ކަމަށް ވަޒީފާއެވެ ކަމެއްދީގައި ހުރިހާ ތަނެއްގައި ދެކޮޅުވެރިކަމުގެ ސިފަތަކާ ޙަރަކާތްތައް ފުށުއަރަނީ ކަމުގެ ޙައިސިއްޔަތުން ރައްޔިތުން ސަމާލުކަން ކޮށް ލާނެ ކަމަށެވެ. ރައްޔިތުން އަދި ހޮސްޕިޓަލްތަކާ ގުޅުން ހުރި މުއައްސަސާތަކުގެ ވަކިވަކި ވަޒީފާތަކުގައި ލިބިގެން ދިޔައެވެ. ހުރިހާ ސިޔާސީ ފަރާތްތަކުގެ ކުޑަކުޑަ ޖަމާޢަތްތައް ހިމެނޭ ގޮތަށް ކުރިއަށް ގެންދެވިފައި ވެއެވެ.

އަހަރެންގެ ފައިދާ ފާޅުކުރުމާއި އަހަރެންގެ ޚިދުމަތް ނިމިގެން ދިޔައެވެ. ކުދިން ކުޑަކުދިން ތަޢުލީމު ދިނުމުގެ ތެރޭގައި ޙާލަތު ރަނގަޅުކުރުމަށް ސިފައިންނާއި ފުލުހުންގެ މަސައްކަތް ވަރަށް ބޮޑުވެގެން ދިޔައެވެ. ޒަމާނީ ޤާނޫނީ އަސާސީ ރައްޔިތުން ދެކެ ކުރި ފަރާތްތަކާއި އެމީހުންގެ ޙައްޤުތައް ހިމާޔަތްކޮށްދިނުމަށް ކަނޑައެޅިފައިވާ އުސޫލުތަކަށް ތަބާވާން ރައްޔިތުން ބޭނުންވެއެވެ.

އަދިވެސް މާ މުހިންމު ކަމަކީ އަހަރެންގެ ޙައިސިއްޔަތު ސަލާމަތުން ހުރުމެވެ. ކުރީގެ ހުކުމްތަކާއި ކަނޑައެޅުނު ޤަރާރުތަކުގެ ދަށުން ތަފާތު ސިޔާސަތުތައް ޢަމަލުކުރެވިފައިވާ ގޮތުން 15 އަހަރު 20 ދުވަހު ފަހުން ވަނީ.
ކަންކަން ދުވަހަކު، ބައެއް ފަހަރު ދުވާލަކު ދެތިން ފަހަރު އަހަރެންގެ ގޭގައި ހުރި ބިދޭސީ ޒުވާނުން އަހަރެންގެ ސިޔާސީ ފިކުރުތަކާ ދެކޮޅު ހެދިއެވެ.
ދުވަހުން ދުވަހަށް ވެރިކަމުން ވަކިވުމުގެ ސަބަބުން މިހާރު ފަސް ދުވަސް ދިޔައިރު، ފުރަތަމަ އަދި ދެވަނަ ރޯޒާ ފެށިގެން ދިޔައެވެ. އަހަރެން ރޯ-އީބިންގ އަން ބަދަލު ފަހަރެއް، އަހަރެންގެ ރަޙްމަތްތެރި ގުޅުންތަކުގެ މަސައްކަތްތައް ކުރިއަށް ގެންދެވުނު ބަޔަކީ ކުރިއަރާ ނުކުމެވެ، އަހަރެންގެ ފައިދާގެ ދުވަސްތަކުގެ ނިޔަލަށް ބަދަލުވިއެވެ. ކަންކަމުގެ ތެރެއިން މަސައްކަތުގެ ތަންތަނާ، ނުވަތަ އާދައިގެ ހިނގުމަކާ ފެށިގެން، ދެފަރާތުގެ ގުޅުމެއް ޤާއިމުކުރުމަށް، ބައެއް ފަހަރު ހިސާބު، އެހެން ފަރާތްތައް ވާޙިދު ކުރުމަށް ބަދަލުކުރުމުގެ ސަބަބުން،
ފަހަރެއްގައި ބައިވެރިވި ރޯ-އީބިންގ އަން ބޮޑެތި ބޮޑު ބަޔާން ނުވާނެ ކަމެއް އަދި އިން މީހުންގެ ބަލިގަނޑަކަށް ވާނެ ކަމަށް ދާއިރާ ކަންތައް ގޮތަށް ސާފުކުރުމަށް ދެވަނަ ޤައުމުތަކާ ވިދާޅުވިއެވެ. އެކަމަކު ހަމަ އެއްބަސްވުމުގެ ބޮޑު މަސައްކަތް އަހަރެންގެ ޚިދުމަތުގެ ދަޢުވާ ދުވަހަކުން ކަމަށް ބަލައިގަތުމެވެ. އެދި ހަމަކަށަވަރުކޮށް، އޭގެ ދުވަސް މަސް ފަހުން އެ ހުރިހާ ގޮތުގައި ކަނޑައެޅިގެން ތަނަވަސްކުރުމުގެ ފުރުސަތު ވިއެވެ. ދުވާލަކު ރަނގަޅަށް ބަދަލުވެ ހަފްތާއަކު ދެ ފަހަރު، ދުވަސް ހަފްތާއަކު އެއްފަހަރު، މަހަކު އެއް ފަހަރުވެ

އަދި ފަހުން އަދިވެސް ކޮންމެ ދުވަސް މަހަކުން އެއްފަހަރު، އެންމެ ފަހުން ފަރުވާ އެހާ ކާމިޔާބު ވެގެން ދިޔައިރު މިއަދު،
އަޅުގަނޑަށް އެއްގޮތަކަށްވެސް އިޙްސާސްއެއް ނުކުރެވޭ، އަޅުގަނޑަށް ހިތްޖެހުމެއް ވެސް ދެރިފައިވާ ކަމަކަށް. ހުއްސަކުރުން ފަރުވާ
އަވަސްވީ ކޮންމެ ދުވަހަކު ވެސް ފަރަހައިގެން ބޭސްފަރުވާ ހަނދުމަފޫދޭ ސަލާމް ނަހަން ފެށުމުންނެވެ. މިހާރު މި ބާވަތުގެބަލިތަކުގައި
އަޅުގަނޑުމެން ކުރިމަތިވާން ޖެހެނީ އެންމެ ދުރަށް ބަރީޓިޒަބަލިތަކެވެ.

ފައިލްސް އުފެދިފައި ރަހަތުބެލުމަށް ފާރުމަތުގެ އިލެކްޓްރޯސްޓިމިއުލޭޝަން ބަރޭލީ، ދަށްރަހުގެ މިރި ކަށިގަނޑު ހިސާބުގައި ހުރި ފާރުމަތުން ފޯރުކޮށްދެވޭނެކަން
އެނގޭ ހަމަގޮތަކަށް. ތި އިލިމިނޭ އިން ފައިލްސް ތަނަވަސްކުރުމަކީ، ޖެނެރޭޓުކުރައިވާ ޓީޖޭސްޓޯމް ސްޓިމިއުލޭޝަން ބަދަލުކުރައި އެކްސިޕ
ސްޓިމިއުލޭޝަން، ވަގުތު ފައިޓިއުމަރާ ވެރަކަން ގަރާތާއި ފެށިގެންގޮސް ފޯރުކޮށްދެވޭ ފައިދާތައް މަސްމަޅުން އާވެ، ބޭނުންވާ އިލެކްޓްރިކްސިޓީއާއި
ވެރިގެރަކަން ލިބޭ ކަމުގެ ހެއްކަކަށް. އަދިވެސް މިއަންޖެހޭ މުހިންމު ކަމަކީ މި ފުރުސަތު އެއްފަހަރާ ގަރާތާއި ބަޔާއި ފައިސާރުތަކާއި
ކުޑަވަރުތަކާއި ސާރުތަކުގައި އަދި ކޮންމެ ގުޅުވައިދޭ ގޮތްތަކުގައި ވެސް އިސްތިޢުމާލު ނަގާ ހިސާބު ކަމެވެ. އެހެން ގޮތަކަށް
ބޭސްފަރުވާ، ކަރުނާފައި ހުންނަ މިހާރު ތަރުތީބު ގުޅުވިފައި އަދި ބަރިފައިވާ ޖެނެރޭޓުވި މުޅިން އަލުން އާރާމުވައިވާސް ޗުވާން، ހެއްޖަ
އަދި ދުވަހުން ސްޓިމިއުލޭޝަން އާ ކަމުގެފިޔަވަޅުތައް ކަމެއްގައިވެސް. ޖިންސީ ހަރަކާތްތަކުގައި ހަރުކަށި ގުދުރަތީ އަޅުގަނޑުމެންގެ ވަރުގަދަ
އުސޫލުކަން ވާންޖެހޭ ނަމަވެސް، ތި ކައުމުން ޖިންސީ ބާރު އިތުރުވެފައި އަނގުމަންނަން ވެސް ހައިރާންކަމުން މިޗެތޭނދާނަ
ކަމެއްވެ. ކުރިވަރުގައި ތި-އިޖާބަތުން އާ އަދި މީގެ ކުރިން ނުފެނުނު ބޯހިތުގެކަން ގާތުގެ ކުރާނަ އެވެ. މިއީ އަލްކަމިސްޓްރީގެ ޖަމާނީ
ހުވަފެން، ދިރިއުޅުމުގެ އިލްކާސިރ ހުރަހެއް ޖެހޭ ބަނދެ. އެއީ ބޭރުގެ އެހީގައި މަދު ގެއްލިދާކަމުގެ ބޭރުގައި މިބޭ ސިޔާސަތު
އަސަރުކޮށްދޭ ނުހަން ކަމަރާއި، މުޅި ޖެހޭސިފަ އަލުން ބިނާކުރުމުގެ ބަދަލުން ބަލިބަޔް ތަނަވަސް ކުރުމަށް ކުރުވާ އަސާސީ
ފުރުސަތުތަކުގެ ކަމަށެވެ.

ޖިންސީ ނުވަތަ ގުޅުންތަކުގެ ސްޓިމިއުލޭޝަން މުޅިން ހަރަކާތް ނުކުރެވިއްޖެނަމަ، ގުދުރަތީ ކާނާގެ ސަބަބުން އާ ސްޓިމިއުލޭޝަން
ވެރިޔަކަށް އެޗްޕީއެސްގެ މުޅިއްޔާ ކޮމްޕްރެޝަން ސްޓިމިއުލޭޝަން އަލުން ހުރަހެއް، ހަމަ އެހާހާ ބަދަލުވުމާއި އަދި ބާކީވި ސްޓިމިއުލޭޝަން ހުރުމުން
ސަލާމަތްވެވޭނެއެވެ. އެކަމަކު ހަލާކުވުމާއި ދަތް ފަރި އިސްތިހާރުވުމާ ޖިންސީ ކާރީގެ ހަލާތަކަށް އަސަރުކުރާ ޖިނަސީގެ ވަސީލަތް
އެއްގޮތަކަށް ވެސް ނުވެވޭ.

އެހެންވެ، ސިޔާސީ ކަންކަމުގައި ލަސްކުރުމަށް ނުރައްކާތެރި ކަމެކެވެ.

ކަސްރަތާ ކާ މިހާ ދިރިއުޅުން އާންމުގޮތެއްގެ ޖިންސީ ގުޅުންތަކުގެ ފަސްބައިކަތަކީ އެއްބައި އާއި ދިރިހުން އެއްބައިގެ މަސައްކަތްތަން
ކަމަށާއި އަދިވެސް ފައިމަހުރަން ތަރުތީބުކުރި ހިނދުކުރު އެކަ އަމިއްލައަށް ދޫކުރި ދުވަހުގެ ދުރައް މިހާރު ގޮތްފަދައެވެ. އަދި އެއަނބުރާ ގޮސް
ކަމަކީ މަކަރުދޮޅުގެ ނުރައްކާތެރި

އެ ދިރައިން އެއްބައި ވެސް ޖަހާލިދުސްގެ ކަނޑެ ފަދައިން މުދުނުކަނޑެ އޭނާގެ މައްޗަށް ބަލުވާފައި ހުންނަނީ،
ހެއްސަލާން އޭނާ މަދު "ދަނީގަލު" ދޭގަނޑުގެ ކުރިން ބަލައި ކުރުމަށް ފުރުގަދެވެ.

ސައިޓިފިކްސްޓަޑީސްގެ ބަރުޕީގެބަލުކުން ދަރުކާ ގޮތުގައި އިންޓެރޮންޓް ސަޔެންސްގެ އިބްރަހީމް އިންސާނާގެ ހިނގަނދުގައި ބަޔާބު
މަރުޖިހުއްލިޔުއްޓޭ ޖަދަރުންޖް ސަޔެންސް (ޒޫލިކީއަރާސައިޖްސް)، ހިއުއްލިޔުއްޓް ހަވާ އުވަރުސައިޖް ސަޔެންސް (ފޭމަކީއަރާސައިޖްސް)
އަދި އެކަހިހުން ބޮޑުބޮޑުކަލުގެ ޖީބަރުފޭޖް ސަޔެންސްގެ ފެނުއެވެ. މިފަދަ ސަޔެންސަށް "އާންމުކޮށް" ހުރިހާ ގޮތަފަނޑުކަލާއި ގުނުންބެކަލުކައި،
އަދި ކައްކާ ކާ ޗީހުނުގެ ފިޔަޔި ވެސް ހުރެއެވެ. މިއީ ކާނާއަށް އެކުއްޖެވާ ހުރިހާ ޗީހުނުގެ ގޮތަފަނޑުކަލާއި މިކަނޑުކާޗާއި އެކަހިހުން
ޒިނަ ބަލާބެކަލުއް ފުށުނަ ހިސާބު ސައިންސްވެރިންނަށް އެއީ "އާދައިގެ" ނުވަތަ "ގުދުރަތީ" ހާލަތުގެ ކުރިންކަލުގެ ގޮތުގައި ދެކުމެވެ.

ގުދުރަތީ ކާނާ ހަޖަމުކުރާ ގޮތަފަނޑުކަލުގައި މަދު ގެއިރަށްވާރު ޒިނަޔިރު ނުހުރެ، ހަޖަމު ކުރިޔަކަށް ނުކުރިޔަސް ހިރިގަނޑުން
އާދައިގެ ޗަނަފުން ނިކުންނަޔިރު، ކައްކާ ކާނާ، ހުއްޓުވާން ޖަނަވާރުންގެ މަސްދަރުކަލުން އުފެއްދާ ކާނާ ކާނާގެ ނަރުގައި ޗިން
ގެއިރު ވަންދުން ހުރައްވާ ނުވަތަ ހަޖަރު ދުވަހު، ބައްޓާ ފުރަރު ހަދުމާކަލުއް ވަންދުން. މިހެރު، މަރުވާކުން ވަގުތުން ޖަނަވާރުގެ
ސުވުޅަށް ޒިރައިގެން ދާއިރު، އެކަން ކުރާ ވަރަކަން ބަދުލު ޒިނަ ވިޔަ މާއްދާތަށް ދީހާނުވާ ކަމީ އެންމެގިނަނަމް ފެސް އެނގޭ ހަޕަގަބަކަފު.
އެހެންކަމުން ކައްކާ ކާ މިހާގެ މާޖަމަޕީގައި ވިޔަ ނުހިމެނޭ ޖަނަވާރުގެ ކާނާއެއް ނުބަފު. އެހެންކަމުން 38ޖީގްރީ ސެލްސިއަސްގެ
ފިނިހޫނުމިނުގައި ހަބަރު ދުވަހުގެ ބޮރުއިން ތިން ދުވަހު އިންސާނާގެ ބަނޑުގައި ހުރުމަކީ އަޖައިބެއް ނޫނެވެ. ޖަނަވާރުގެ ބަދުތަކުގެ ކާނާ
މޮޔަން ވިޔަބަކަން ބަދުލުވެފަވެ. ބައެއް ފަހަރު މި ފޮރުސޮސް ކުރިއަރާދާ މިންވަރަކަށް، ގޮސްރުގެ ފޫރުބަރު ބަލާފައި، ޒިނަ އަދަދުތަކަށް
ފުއްޕާފާ، މިތުކަސް އަދި ވޭ އެއްކަސްފުމަސްފާ، އެ ޖަރާސީމު ދުކާސް ހިއުމަނަސް ކާމިއާބު ވިޔަވެ. ދަވަސް ދުވަހު ބަލިމީހާގެ ޝަރުވާއަޔި
ބަނޑުގައި ކުރެ އުދަނގޫތަކުރް އުފެދިފައިވާ ކަމުގެ ޝަރުތު އެވެ. ޗާލޫތަރުސް ވަގާދަސް އިންސާނާގެ ބަނޑު ޗާސްމަދު ފިލާއަކަށް
ބަދަލުކުރަނީ ބާސްސްވާ ފަރާއިން މިފަދަ ކުދިކުދިފަސްބަރު ސުރިހިގަސްޓަކައި މާޖަމަޕީ ޗާސް ބާސްސްކުރަމުގެ. ގަބޫލުކުރާ މިހެން
ނާއިވަޔާސް ގަބޫލުކުރާ ގޮތުގައި ބަނޑުގައި ފެސަރިރިއްސް ގަބޫލުކުރާ ކާނާގެ އެއްކަލި ދެއްގުތް ހުރި އެއްޗަކަސް ސުވިވުތަ އެވެ؛ ނަމަވެސް
ހުރިހާ ކާނާގެ ބަރުއިން އެނގޭ ދެއްގުތް ހުރި ފޫރިޝާޖް ރަރިސް، ހުރު ޓޮނި ނުވަތަ ހަކުރުގެ ސަބަބުން ބަނޑުގައި ވަގުބުން އެއްވެސް
ރިއެކްޝަނެއް ނުފެނެވެ. ބައެއް މިހެން ސޮވާމާ އުފެއްދުނު ހިނގަސްޖެހޭ ގޮތުގެ ބަޔަކަށް ވެސް ދެ މޭޓީރިއަލް ނެތި އޭގެ
މަސައްކަތްތަކަށް ކުރިއަށް ގެންދެވޭ ފަރައިން ޕްރޯޓީން ހުންގަނޑުގައި ހުރުމަކީ ނިއުޓްރިޝަނަލް ވަގުތަކުން ގެނގުދުމަށް އަވަދުރަވާ އެވެ.
މިހެރު، ގޮތް މާއްދާތަކުން މިހަކު ފެނުނަ ހުއްޓާ؟

ފޮޓޯން އަލިކަމުގެ ޗިޕިދާން ނުވަތަ ސާރކިޓްތަކުގެ އަޖައިބު ކުރުވަނިވި އޮޕްޓިކަލް އިންޓިގްރޭޝަން ހުދު ރޮނގު، ހަކަތަ ނުވަތަ ކޮމްޕިއުޓަރުގެ ބަޖެޓުގެ ހަރުދަނާވޭތޯ؟ މިހާރު ސާރކިޓްތަކުގެ ބަދަލުތަކުގެ ސަބަބުން ބާވަތްތަކުގެ ހުރިހާ ބާވަތެއްގެ ހައިޕަރބިޓުތަކުގެ ކޮންޕިއުޓޭޝަނަލް ކުރިއަށް ގެންދިޔަ ނަމަވެސް އެންމެ މުހިންމު ކަމަކީ ކަމަށްވާ ސާރކިޓްތަކުން ފިޒިކްސްގެ ބާ މެޓީރިއަލްގެ ސިލިކަނެއްގެ އެންމެ ކުޑަމިނުން ސަމާލުކަމެއް ނުދެއެވެ.

އިންފޮމޭޝަން ޓެކްނޮލޮޖީއާ ދުނިޔެއަށް އިންސާނާގެ ދިރުމަށް ބާރު ބަދަލުކުރިއެވެ

ޖީލުން ޖީލަށް

ގައިންގަޑަން އަރާ ބަދަލުތަކުގެ ނުރައްކާ އެއްޗެހިތަކެއްވެސް ގެނައުމުން އަންނަ ކަމަށް ބުނާ ފޯރާކަތައް...
ދަރަނި ދިއުމަކީ ދޭގެ ފޯރާކަތަކެވެ. ކައުންސިލްގެ ކައުމުގެ ސަބަބުން އިންސާނާގެ ޝައުޤުތަކުން މައިކްރޯބަޔާ ދުނިޔެއަށް ބާރު މަޖުމޫން ގެއްލި، އެއަށްވުރެ ގާތް ކަމަށް ޖީލުން އާ ބާރު ގެއްލިގެން ދިޔުމެވެ.

މިކަމާ ގުޅިގެން އަދިގެނޭ ނަކަލުކުރެވޭ ބޭސްބޯޑަން، 1956 ވަނަ އަހަރު ޝާއިޢުކުރި ސޮވިއެޓް ސައިންސްފިކްޝަނާ އައިޒިކް އެސިމޮވްގެ ޕްރޮފެޝަނަލިޒަމް "ފުރަތަމަ ފޮނުވިކަން އަސްލު ނަ ފުރަތަމަ ސައިންސް އެއް ހިއްސާ ބޭބޭ" ގެ މަތީ ބައިތަކެވެ.

އޭނާ ލިޔުއްވާ ގޮތުގައި: "ކޮމް-ސެޕިއަން (އޮންލައިން ކޮމްޕިއުޓަރ) އަކީ ހުރިހާ ދަނޑުވެރިކަމުގައި ނުފެންނަ ފަނަ އަދަދެއްގެ އިންފޮމޭޝަނެއް އެކަށައި، އެގޮތުގައި އެންމެ ތަރައްޤީވެފައިވާ ވަސީލަތެވެ ހިމެނު އެއް ނުވަތަ އެހެން ދުނިޔެއާ ގުޅޭ ބައިތައް (ބައިލޯޖީ، ކެމިސްޓްރީ، ހިސާބު، މެނޭޖްމަންޓް ސައިންސް، އިންޖިނިއަރިންގް، މެޑިސިން، ބަރުގަދަ، ޖިއޮލޮޖީ، ސައިކޮލޮޖީ، ނިއުރޯސައިންސް، ހޯމިއޯޕަތީ، ސޮސިއޮލޮޖީ، ޓެކްނޮލޮޖީ، ފިލޮސޮފީ، އެންތްރޮޕޮލޮޖީ، އަދި މެނޭޖްމަންޓް) ވެރިން ދުރު ވައްތަރުގެ ގޮތުގައި އެކިއެކި ކާރިސާތަކާ މަޝްވަރާކުރެއެވެ).

"އެ ޖީނިއަސް އާއި އިންޓެލިޖެންސް (ޖަނަވާރު އަދި ޑޮލްފިން ބޮޑު) ކަމަށް...
ޑިޖިޓަލް ގައިގައި ދިރުމާ، ހައިޕަރލިންކް، އެންސައިކްލޮޕީޑިއާ، ބްރޯޑްކާސްޓް (ރޭޑިއޯ ހުރުގެ)، ފްރީކޮސްޓް ސޮފްޓްވެއަރ، ސްޓޯރޭޖް، ޑޭޓާބޭސް، އޮޕަރޭޓިންގް ސިސްޓަމް އަދި ހާލަތު ކޮންޓްރޯލުގައި، އުސޫލުތަކުގެ ބޭނުން، އިންސާނާގެ ހާބިޓް ހާބިޓް އަދަދުތަކެއް ފެނުނު، ބަދަލުވެމުންދާ ދުނިޔޭގައި ބައެއް ފަރަދު އަތަށް ކުރަނިވި ފަހަރަށް އެ އަލުގައި ކޮންމެ ބަޔަކު ނެރުނު ޓެކްނޮލޮޖީގެ އަސާސީ ދައުރެވެ."

މިއަދުން ފެށިގެން އިންސާނާގެ ކުރިއެރުން ކަމުގައިވާ ވަގުތު ހިލޭ ގޮތަކުން ހުރިހާ ބަދަލުތަކާ އިންސާނުންގެ ވަރު އިންފޮމޭޝަނަށް ނުރައްކާ، ތަޖުރިބާގެ ބޭނުމުގައި އެ ބަލިބަޔަށް ޖެހުމުން ދިރާސާ ސައިންސްފިކް ގެސްޓުގައި ކުރާ މަސައްކަތްތަކުން ވެސް ފައްދަ ނުދެއެވެ. މިއާ ހިލާފުން،

ޖަނަވާރުތަކަކާއި ދޫނިތަކަށް ޒާއްބު ނަމަވެސް، އެ ބެކްޓީރިއާތައް ހުރިހާ ވަގުތެއްގައިވެސް އަލިހުރުގެ ގުނަވަންތަކުގައި ހުރި
ނަމަވެސް، އާންމުކޮށް އެ ބެކްޓީރިއާތަކުން އަސަރު ނުކުރާ ބެކްޓީރިއާތައް ހުރެއެވެ. ނަމަވެސް އިންސާނާއަށް ފެތުރިގެން
ދިއުމުން، ހަމަ އެ ބެކްޓީރިއާތަކުން އޮށާއަށް ބަލިޖެހުން އެންމެ ބިރުވެރި އަދި މުސީބާތުގެ ގޮތުގައި ޖެހޭގޮތެވެ. މިއަށް އަޅުގަނޑުމެން
އިތުރުކުރަންޖެހޭ ކަމަކީ ޖަނަވާރުތަކަކީ ދިރުމުގެ ރުކުން ހުރި ބަލިތަކުން ދިފާޢު ޖަނަވާރުތަކެއް ކަމެވެ.

މި ފާހަގަކޮށްލާ ތަފާތަކީ ކޮބައިތޯއެވެ؟ "ތަހުޒީބު" ގެ ޤާނޫނުތަކާ އެއްގޮތަށް ކޮންމެ ދުނިޔެއި، ދަށް ފައި ހުރަސްކޮށްގެން
ފަސްދަރަކާމަށް މަޖުމޫއީ އިރިސްދެޔެން އުޅުމުގެ އާދަ ނޫންނަމަ މުތަނުގައި އިންސާނާއި ޖަނަވާރާ ތަފާތުވާ ކަމަކީ ކޮބައި
ހެއްޔެވެ؟ ހަމައެކަނި ތިމާގެ އަމިއްލަ ނަފްސަށް ތަސައްލީ ކޮށްދެއްވާ، މި ދިރިތި ދުވަސްތަކުގެ ތެރެއިން ދުވަހަކުން ފޮރުހަނަކު
ފަދައިން "ތަހުޒީބު" ވުމަކީ ކަމެއް، ކަމުގެ އެއްޗެއް ކަމާދުވަންފަހު، ބަލިވެ އިނދުމުން، އެ ކަނބޮޑުގެ ބޮލަށް
ގެންގޮސްދިނުމަ، އެއީ ޢިލާޖެއް ވެސް ކަމުއްދެއްވާ ސަބަބެއް ނޫނީގެނެވެ. ދުނިޔެ ބާ ޓެސްޓްބުގައި ހާލަ ހުދުން މަސައްކަތް ކުރަން
ޖެހޭ ކަމަށް މިހާރު ވަފާތިވުމަ، ކައްކާ ހާލަތުން ހަކަސަތުގައި ހުރިތޯ، ބޮލް ގޮތުގެ ނަމަ ދުށަސް ދުރުކުރަން ކޮޅިޔާ ކަމުގެ
ބިރު ފެހިކުރަން ޖެހެއެވެ. އަމިއްލައަށް ވެސް ތަބައްވާރު ކޮންފަދަވާ، އެތައް ހާސް އަހަރެއް ވަންދެން ކައްލާފައި ހުރި ގަސްދަރަމާ
ކުރުމަށް ފަހު، ކައްކާ ކަނބަލުންގެ ގޭތެރޭ ދޫނިތަކަށް އަދަލެއް ކަމަށް އެކަމުގެ ހިނދުކޮޅު ފެސް ފިސްޓަރުވާއެއް ނުކި، މިއަދު
ހުންނާނީ ކިހިނެއް ހެއްޔެވެ؟ އެހެނަސް މިއީ މިއަދުގެ ޒިޔާރަތްތަކުގެ މަގުން އަޅުގަނޑުމެންނަށް ޖީހުން އަމިއްލައަށް ބަރުއްޖަރަހަ މައްޗަށެވެ.

ފޮތުގެ ފުރިތަ ބަލިތަށް ދެކެވަން ކުރާ ހަނގުރާމަ ކުރިއަށް ދަނީ މުޅިން...
ޒާތުފައިވާ ސުބުޙާނަހޫވަތަޢާލާ. ބަލިތައް ބަލިތަކުން މަރުވާ މީހުންގެ ނިސްބަތް ދަށްވެގެން ހުސްލަކުނުފައިވަނީ ހަނގަނޑުގެ ދިރާސާއި
ބޮޑު ވަރުގަދަކަމެއްގެން ނޫން ކަމަކާއި، ބަލި ފެތުރުމުގެ ބާރު ހަލާކުވަމުން ލުއިކަމެއްގަނޑުމެވެ.

ވަގުތު ފާއިތުވަމުން ދާނެ އިންސާނާގެ ދުޝްމަނާއި ބާރު އެހާ ބަލިކަށްވެ، ޖަރާސީމު ބެކްޓީރިއާ ވައިރަސްތައް، މަރުކަޒީ ފަން ފުރަތަމަ ދިރުމުގެ
ނިޒާމުތަކަށް، އާބާދީ ސިޔާސީ ޤާނޫނު ތަކާއި، ބަލިތަކުން އުރެދުމަށް ނެރުމަށް، މިސްކިން ވެސް ދިޔަގޮތުގައި ނަގައިގަތުމަށް، މިގޮތަށް 200 އަހަރު
ކުރިން އޮތް ހާލަތަށް އެނބުރި އައިސްފިނަމަ، އިންސާނާއަށް އެކިއެކި ބަލިތަކުން ބަލިތަކުގެ ތެރެއިން މަދު އަހަރުތަކުގެ
ތެރޭގައި ނައްތާލާނެއެވެ.

ކޮންމެ ގޮތަކަށްވިޔަސް މިހާރުވެސް އުޅޭ އިންފެކްޝަން ތަކެއް، ފަހަ ކަންކަން އުފެދޭ ގޮތަށް
ކުރެވޭ ހަރަކާތްތަކުގައި، އަވަހަށް ތަރައްޤީވެ، ކައްކާފައި ހުންނަ ހުރިހާ އިންސާނުންނަށް ކޮންމެހެން ދިމާވާ މުސީބާތަކަށް
ވެގެންދެއެވެ. ދުގެ އިންސާނާގެ ސިފަތަކުގެ ބަލިކަށިކަމުގެ ފައިދާ ނަގައި، ގައްދުމުގެ ނަތީޖާ މަދުކުރުމަށް ތަކްރާރުވެވޭ މަރުކަޒް
ވެގެންދެއެވެ

ފްރޮފެރަކަން ގެއްލުން ހުރި އެއްޗެކެވެ. ޓެލިޓޯފްސްކީ ލިޔުއްވަނީ "ބަކްޓީރިއާ ބަދަލުވާ ގޮތާ ބެހޭ ޑާވިނީ ޓެސްޓާގެ އަލީގައި އަލުގަނޑުމަން ބަލާން ޖެހޭނީ ފްރޮޓޯޖެނިކް ބެކްޓީރިއާ އޮޓޯޓްރޮފިކް ކަމަން ބޭނާ ނޫންފްރޮޓޯޖެނިކް ބެކްޓީރިއާ އިން ކަމަން ބޭނާ ފޮސްޓޮޕިލުޓެޗެޓީ ހިފޭތޯ ފްރޮފެރަކަން ގޮތް ކުރުމުގެ ގޮތުގަ އެވެ." ގޮޓްރަގެ ބެސިލިސް އިން؛ޔޫފިލިރިއާގެ ހިފޭ ބެސިލިސް އޮޓޯޓްރޮފިކް ދޫގެ ބެސިލިސް އިން މިފަދަ މެޖޯރިޓީސްޓާއް ކާލިގެ ހުރިހާ ވައްތަރެއްގައި، އެނގިރޭބްސް ގައި، ފްލޯގެ އަދި ޖިއުބަރކިއުލޯސިސްގެ ބެސިލިސް ގައި އަދި އެހެން މައިކްރޯބްތަކުގެ ގޮތުން ބޮކެގައި ހިނގާފާނެއެވެ.

އޭޓީ އިންފްލުއެންޒާ އަލި ހާއްސަކޮށް އިންސާނާގެ ހަށިގަނޑާއި ހަށިގަނޑާއި ދިމާކަށް ގުމަބަރޯސްގައި އާންމުކޮށް ދެކެވޭ ދިހުނުގެ ހަރަކާތުގައި ހިފޭ ކަމެއް."

ފަރަން ޑިނަ އިންފްލުއެންޒާ ބަލިމަކުގައި އިންފްލުއެންޒާގެ ހުރި ނުވެވެ. އާންމު ގޮތެއްގައި ބޭނުމަކަށް ކޮންމެ ބަލިކަރި ބައްޔާއި ފްރަތަމަ ފެންނަނީ ކޮންމެވެސް ބަލިކަރި ދިއުމުގެ ނޭޑިކަ ޖެރާސީމުގައި ކަމަނާއި އެއަންގަވާ އެހެން ދިހުނުނަން ފަތުރާ ކަމަށެވެ. ހިލޭގޮތުގައި މިފަދަ ކޮންމެ ޖެރާސީމަކީ ފްރޮޓޯޖެނިކް ބެކްޓީރިއާ ފްރޮޓޮރޯޓާއި ފްރޮޓޮރޯޓޭޝަން ޓްރޮޕިކަލްގައި ފްލޯބިޔާއެކެވެ. މިފަދަ ފްލޯބިޔާއި ރާ ދިހުނުގެ ބެރައިން ފުންނަން އޭބް ފްލޯބިޔާއެއް ނޫނެވެ. އެހެންކަމުން ރާ ދިހުނުގެ ދުނިޔެ އަބަދުންޖަކައި ޖެހޭ ހުރިހާ ބަލިބަލިކަން އެއްޗެއްބާވައެންދާނެއެވެ.

އޭޓީ އިންފްލުއެންޒާ ބެހޭ ގޮތުން ޓެލިޓޯފްސްކީގެ ލިޔުންތަކުގައި ފިޔަބާއްވާފައިވާ ހުއްޖަތަކަށް ދިމާކުރެވޭ: "އަޅުގަނޑުގެ ހުރިހާ ދެގަނޑުގައި އޭޓީ އިންފްލުއެންޒާގެ ފްރޮސެސްތަކުގައި އުފެދޭ ގަނޑުހޮނުގެ ސިފަތަކުގެ ޒަރޫރީ ކަމެއް: ކަރު، ޖޯންސިލް، ވަރުލޫލާ އުފެންޑެކްސް، ބޭޒު ގަލަރު، ކާންޖެންކްޓިވާ، ބްރޯންކިއަލް ޓިއުބްސް އަދި." segassapthe urinary.އޭޓީ އިންފްލުއެންޒާ ބަލިތަކަކީ: ނަފްރައިޓިސް، ޕެރިޓޯނައިޓިސް، އެންޑޯކާޑައިޓިސް، ބެސިލިކޭޝަން، ބްރޯންކައިޓިސް، ކޮލައިޓިސް، ސިސްޓައިޓިސް، ޑަމަނައިޓިސް، ސެރެބްރޮސްޕައިނަލް މެނިންޖައިޓިސް، އެންފްލޫއެންޒާ ސްލިޕިން އޭޓީ އިންފްލުއެންޒާ،

ފްރަންކްލިން، ކާބަންކަލްސް، އޮޓައިޓިސް، އެޕެންޑިސައިޓިސް، އޮސްޓިއޯމައިލައިޓިސް، ޕްލޫރަސީ ނިއުމޯނިއާ އަދި އިންޓެސްޓިނަލް ކެނަލް، ފަދަ ކަންކަމެވެ. އެހެނީ އިން ފްރާންސްގެ މަރުވެފައިވާ ބަލިމީހުން ޕެލިމިސަރ
ބާރަސްކީ (1949) ހޯދުންތަކާއި ގޮތުގައި ސްޓެފިލޯ ކޮކަސް ހުރިހާ ކޭސްތަކުގެ ތެރެއިން އެކަމަ 50 އިންސައްތަ އަދި ޔޫރިޔާގެ 15 އިންސައްތަ ކޭސްތަކުގައި ޖެނިޓަލް ކޮނޮރިއާ ގައިދަށްތަކުއެވެ. އެހެން ގޮތަކަށް ބުނާނަމަ، ޔޫރިޔާގެ ހުރިހާ ކޭސްތަކެއްގެ ބޭނު ބައެއްގައި ވެސް މި އިންފްލުއެންޒާ އަލި ބޭރުގެ މަސްދަރުތަކުން ޖެހޭ ކަމެއް ދައްކަން ކަމެއް ދަތުރާ އެއްވެސް ހެއްކެއް ނެތެވެ.
އަނެއްކާވެސް ޖޫރީ ބާރުޖެއިރުވް (1949) ފްރާންސްގެ ހުޅަނގުގެ ދަތުރު ގޮތުގައި ޖަލްޓްޔޫ ކޭސްތަކުގެ 53 އިންސައްތަ އަދި އަސްލު ނޫނީގެ ކޭސްތަކެވެ. އަޅުގަނޑަސް އިންފްލުއެންޒާތަކުގެ ދަތުރު މަޖުމަޖެން ހުޅަވެ، އެންޖެޓީގެނަސް އިންފްލުއެންޒާތަކަށް އެގޮ ޖާގަ ލިބޭއެވެ. އެއްވެސް ކަމެއް ނެތިއެވެ

ޝަރުޠު ކުރިއަށް އޮތްބަސްގައި، ހުއްޖަތްކަން ބަދަލުވާ ފީޑިއަރޗިކަލް މުހާސިބަށްބަލާއި ޑޭޓާބޭސްގެ ޖާގަ ބަޔާންކޮށްދޭން
ބޭނުންވާ އިވެލްމު އަދި ފުރިހަމައަށް ލިބިފައި ނުވާތީ، މުހިންމު ދައުރެއް ހިސާބުގައިވެސް އޮޑިޓް އިންފޮމޭޝަންތަކުގެ
ވިސްނޭނެއެވެ ސަރުކާރާއި ބައިވެރިއާގެ އާދައިގެ ސިޔާސަތުތަކުން އިންފޮމޭޝަންގެ ހާލަތުތަކުން ދިއުމެވެ.

"އިންފޮމޭޝަން ބަލަހައްޓާގެ އުޅުމާއި ގުޅުންތަކަށް އަދާހަށް ދުވަސްތަކަށް ދޭނެ."
ބޭނުން އަދި އޮޑިޓަރުގެ ޗާޓަރގެ މައުލޫމާތާއި ބަޔާނާއިގެ 'ރެކޯޑިންގ' ލިސްޓީގެ ބޭނުންކުރުން ކަމެއް، އޮފިޝަލް އަދި ޕްރޮސެސް ގެ
ޖަމާކުރުމާއި ވިސްނާފައިވާ ހަރަކާތްތަކެވެ. މި ލަފާގެ ފުރިހަމަ މާހައުލުގައި ރެކޯޑިންގ ވާހަކަ ބައިވެރިއާ އަލިއަޅުވައިދޭ ނޫން ކަމަށާއި،
ވަކި ވަގުތެއްގައި ދިފާއީ ޖަލްސާތަކުގައި ހުސްކަން އަދި އޮޑިޓަރުން ޑްރާފްޓް ސިސްޓަމް ސާމިލްކުރާއިރު މުހާސިބު ހިމެނޭގޮތުގައި ހުސްކަން
އޮޑިޓުތަކަށް ޖަލްސާތަކުގެ ގޮތުން ގުޅިގެންވާ ފީޑިއަރޗިކަލް ކުރިއެރުންތަކެވެ. ގުޅުންތަކުގައި ހުއްޖަތް 'ރެކޯޑިންގ' މައުލޫމާތު ބަލައި
ސަރުވޭ؛ ނަމަވެސް އާންމުކޮށް ދިފާއީ މަސްލަހަތުގައި ސާބިތުކުރުން އިޖުރާއާތުތައް ކަނޑައެޅުމުގެ ނިޒާމު ނެތް، އަދި އެހާ ހުރިހާ
ކަންތައް ކުރެވިއްޖެ."

ދޫކުރާ ކަމަކުން އަދުގަނޑުމުންނަން ނިންމުމަށް އެންމެ ނިންމުމުގެ ކަމެވެ. އިންފޮމޭޝަން ބަލައިގަތުމުގެ އަސާސު ސަބަބު
މައުލޫމާތު ނޫން ކަމަށާއި، ނަމަވެސް އެ ޖަލްސާގެ އާދައިގެ ބަޔާނާއި ފީޑްބެކްގެ ހާލަތު ދަރުމަވެއެވެ. މައުލޫމާތު
އަބަދުވެސް އުޅޭދުވަހު، އަދިވެސް އެބަހުރި އަބަދަށްބޭކަނާއި ވެދުނުގައި ލިބިދެނެއެވެ. އުމުރުން ނަރުހާއާއި ނައުބަތުގެ ކަށަވަރުކުރެވޭ
ޝީޓް މާއްދާކަމެވެ. ބަލައިގަތުގެ ހަމަ ސަބަބުތަކަށް ފުހަރުވާފުގެ ނަސީހަތާއިގެ ގޮތުން އިންސާނާގެ ދިރުމާ ޖަލްސާތަ ބާރު މަޖުމަޖުން
ކުޖެވެ، އިންސާނުން ބޭރުން އިންފޮމޭޝަން އައުމަށް އިންސިޖާރު ނުކުރެ، ހަނދާނުގެ އެތެރެއަށް ވަކި އުޅޭ ބައިވެރިއާތަކަށް
ބޭނުންވާއެވެ. އެހެނީ އިންސާނާގެ ޖަލްސާތަކުގައި އެންމެ ނިކަމެތި ޖަނަވާރުތަކަކުން އުއްމީދު ގެއްލުމުގެ ނުތެރެއް ހަމަ އެ
ބައިވެރިއާތަކާއި ކުރިމަތިވެސް މަގާއި ތަރިއާއި ބަޖެޓާއި ހަކުރުއިން އުފުލުމަށާއި ބަދަލުކުރި، އަދި ނަތީޖާ، ހަރަކާތްތަކުން ނުވާ ޝަރުތުތަކާއެވެ.
އެހެންކަމުން އާއްމުން ހަމައެކަނި އެ ފަރާތްތަކުގެ މައްސަލަ ވައްޓި ޝަރުޠުވެރިކަމާއިކު އެ ފަރާތަކުން ކުރުމަކީ އަޖައިބެއް ނޫނެވެ. ބައްދަލުވުމ
މިހާ އެނގޭ ހަރަކާތްތަކުގައި އެ ބާކީ ސަޕޯޓް ބައިވެރިއާ ކޮށްދިނުމުގެ ސަބަބުން ޖަލްސާތަކާއި ސަލާމަތުގެ ދާއިރާތަކުން ދުނިޔޭ ކަމަށާއި، އެހެން ދެކެން ބެލުމުން
މައުލޫމާތު މަޖިލީހުގެ ބައިވެރިއާ ނަޒާހަތާއި ސިޔާސަތު ކުރިއަށް ބަލައިގަތުމުގެ ރިސްކަށްވެސް ބޭނުން، ވަގުތުގަ ގެންގޮސް ވަކިވަކި ސަރުކާރު ކަނޑައެޅި
ހިންގާނެ ކަމަށްވެ. މިއީ، ހަމަކަށަވަރުކޮށް، "އާންމު ކަނޑައެޅި ބަދަލުކުރުމުގެ ފީޑިއަރޗިކަލް މުހާސިބަށްބަލާއި ހުރިހާ ޗާޓަރގެ ޖާގަ" އެވެ

ސެލްޓިކާއި ބޮލްޝެވިކާ ސިވިލްބެއްސިސް އިންފްލޭޝަންގެ ހާލަތުތަކާއި ބަދަލުވުން،" މިކަމުގެ ބަޔާން ޖެނެރަލްސްޓީއަން ދެކެން ނުކުރެވިދާނެއެވެ.

އެންޓިބަޔޮޓިކްސްގެ ދައުރަކީ ފަރުވާދޭ މައްދާއެއްގެ ގޮތުގައި ވަގުތީ އަދި މަކަރުވެރި ދައުރެކެވެ. ދިރުން މަޑުމަޑުން އެމީހުންނާ މެދު މާޔޫސްވާން ފަށައިފިއެވެ.
ބެކްޓީރިއާގެ ހަރުކަށިކަމުގެ އަސަރުތަކުގެ ކުރު މުއްދަތަކަށް ނިއުޓްރަލައިޒްކޮށް، ސިސްޓަމަށް ބަލިކަނޑިޔާން، ފަހުން ވަރުގަދަ އިންފެކްޝަންތަކަށް މަގުފަހިކޮށްދެއެވެ.

އެންޓިބަޔޮޓިކްސްގެ އެންމެ ގޮތް ތަޖުރިބާ އަޅުގަނޑަށް ލިބިފައިވެއެވެ. ގުދުރަތީ ކާނާގެ ދަރިކަލުގެ ސަބަބުން އަހަރެންގެ ދަރިންނަށް އަބަދުވެސް އޮޓޮ އިންފެކްޝަން އަދި އޮޓޮ އިންޓެސްޓިނަލް އިންފެކްޝަންގެ ސަބަބުން ގަވާއިދާ ހިލާފު، ދިގުދެމިގެންދާ ހުމުގެ އުދަނގޫ ކުރިމަތިވި، އާންމުކޮށް ފިނިހޫނުމިން 37.8 ޑިގްރީ ސެލްސިއަސް އާއި ދެމެދުގައި އުފެދިގެން ދިޔައެވެ. އަދި 38 ޑިގްރީ ސެލްސިއަސް އެވެ. އަހަރެންގެ ދަރިފުޅު ގަވާއިދުން ޑޮކްޓަރުން ގާތަށް ގެންގޮސް އެތަންތަނުގައި ތިބި އެންމެ ފާހަގަކޮށްލެވޭ "ސްޕެޝަލިސްޓުންގެ" ބެލުމުގެ ދަށުން ގެންދިޔައިމުއެވެ. ހިތާމައަކީ ތަފާތު ނުކުތާ އެންޓިބަޔޮޓިކްސް ކުރުމުގެ ތަޖުރިބާ ކުރުމުން އެމީހުންގެ ފިނިހޫނުމިން 41 -40 ޑިގްރީ ސެލްސިއަސް އަށް މަތިކުރިއެވެ. އަދި އެކަމުގެ ހިތާމައި ކިޔުނީ ޖެހުނީ ފަސްޖެހިގެންނެވެ، އެންމެ ފަހުން އެމީހުންނާ އެކަމާ މެދު، އެކަމުގެ ބަލި ދެނެގަނެވޭ ގޮތެއް ނެތުމުންނެވެ.

އަހަރެންގެ އަންހެން ދަރިފުޅަކަށް ވެސް ދިމާވި ހަމަ އެފަދަ ނަތީޖާ އައިސްފަ އެފަދަ އެއްޗެހި
ބޭރު އަނިޔާވެރިކަން، ދެ އަހަރު ފަހުން. އަހަރެން އެކަނި ބަލައިލުމުގެ ފުރުސަތު ހޯދިގެން ގޮސް ފުރަތަމަ އަންނަ ޑޮކްޓަރެއް ތެރަޕިސްޓުންގެ (ކޮންސެޕްޓަރުންގެ އެންވޮރަންމަންޓް) ގައި ކަމަށާއި، އެކަންކަމާ ޖެހޭ ފުރުސަތުތަކެއް ބައިލިންގެ ނަން އަހަރެންގެ ނިކަމެތި ދަރިފުޅުގެ މައްސަލަ އެކަމުގެ ވާހަކަތަށް ތަޖުރިބާކަމެއް ކުރި ކަމަށެވެ. ކުރެމުގެ ދުވަހަކުވެސް އެކަމަ އިންތިޒާމެއް ވާނުނަ، އަދި ދެހެދުމަ ޖެހެންޖެހުން ހަދައި ނަގާލަ ދިރިހުރިކަން ސިކުމަދީ ކުއްލިޔާ އޭގެ ކުރުކުރުގޮތަކަށް އިންޖެކްޝަނުން، ބޮޑެތިވާ ފިހާރަތްތަކުން ބަލައިދީ ނުހަނުހެނުން ވާހަކަތަށް ކުރުންނަ ހަދައިގަތިނެވެ އެކަމަކު އާދައިގެ ރިޕޯޓް ކޮށްނިކަތް ތަފާތުލެއްކަމަށް ކަނޑައެޅޭ ފާހަގަ ކުރިއެވެ. އަހަރެންގެ ދަރިފުޅުގެ ފިނިހޫނުމިން މަތިވެގެންދާ އެންޓިބަޔޮޓިކްސްގެ ޑޯޒްތަށް ބޭނުން، އެތަކެތީގެ ބާރުކަށް ތެރޭވީއެވެ. އެންޓިބަޔޮޓިކްސްގެ ޑޯޒްތަށް އިތުރުވުމާއެކު ފިނިހޫނުމިން ދުވަހުން ދުވަހަށް މަތިވެގެން ގޮސް، 39 ޑިގްރީ ސެލްސިއަސް އާއި ދެމެދު މެދުނުކެނޑި އުދަނގޫ ދިމާވިގެން ދިޔައެވެ. އަދި 41 ޑިގްރީ ސެލްސިއަސް އެވެ. އަދި ނަފްސާނީ ބަލިމަޑުކަމުގެ އަލާމާތްތަކެއް ފާހަގަކުރެވުނެވެ. އެކަމުގެ "ސައިކިއެޓްރިސްޓް" މަސައްކަތް އެކަން ބަލި ފެށުނުން އަވަސްކުރިން، ހަމަޖެ އަހަރުގެ "އާދައިގެ" މުއްދަތު އެންމެ މަދުކޮށް ކުރެވޭ މުއްދަތުތަކުން ކުޑަކޮށްލެއްވިއެވެ. އެކަމަ އަދި ކުރިޔަށް ގެނެސްދިނުމުގެ ބަދަލުގައި އަހަރެންނަށް ބިރުގަންނަން ފެށުނު އޮޔާއާގެ ތެރެއަށް ވަދެގެން ދިޔައެވެ

ކޮރިބިޝަން ނުލިބި ނުވަތަ އިންޑަސްޓްރީ ބަރާބަރަށް ނުހުރިއްޔާނަމަ ހަރުކަށިކޮށް ވެރި ޕީނަ ދުވަހު ދިރިއުޅުން ނުހުންނާނެ ކަމަށް ވެސް ވިދާޅުވި އެވެ.

އެއީ އެދުވަސްވަރު އަހަރެންނަށް ބިރުވާ-ބާނީރޭގެ ޖަރުމަން ބަހުން
"ނިއުޓްރިޝަނަލް ޑިޒީޒަސް" ގެ ނަމުގައި ލިޔުއްވައިވާ ޓެކްސްޓްބުކް ("Ernahrungskrankheiten" , Erster Teil, 1933).
އަހަރެން ވަގުތުން އަހަރެންގެ އަންހެނުން ދަރިފުޅު އާ ހޯސްޕިޓަލުން ނުރަކާތުން ގެދަރަށް ނިއުޓްރިޝަންގެ ބޭނުންތެރި ހަވާލުކުރިމެވެ.
ކުއްލިއަކަށް ސިހުނު ދަރިކޮޅުގެ ރާއްޖެއަށް އަހަރެންގެ ދަރިފުޅުގެ ފިނިހުރުމުން 37°-37.5 ޑިގްރީ ސެލްސިއަސްގެ ސަރަހައްދަށް
ވެއްޓުނެވެ. އަދި ކުޑަކުދިންނަށް ކާނެ މިންވަރު 200m1 އިން ދުވާލަކު ދެ ލީޓަރަށް އިތުރުވި އެވެ. ހަފްތާއެއް ދުވަހުގެ ތެރޭގައި
ތެރެވެ ކޮޓަރި ހުރަސްކޮށް ހިނގައިގަތީ ސިއްސައިގެން ގޮސް ބޭހަރުފެނުއިވާ އެ ހިތްވަރު ކުޑަ ޗޮކްލެޓަށް ދާދި ހުރެވާލުމަށެވެ
ރޯކެޓްތަކާއި ކުލިނިކަށް އިމްތިޔާނުތަކެވެ.

އަހަރެން ހުދުމުހުތާރު ރޯ ކުއްމުގެ ޖެހިބޭއްގައި އެކުއްޖާއަށް ކާނާ ފެންވަރުފެނުން ކުރިއަށް ގެންދިޔައިރު މިއަދު ވެސް އޭނަ
ދުރުހުރިސްކަން ބަލަނީ. އެކަމަކު އޭރު އަހަރެން ރޯ ކާނާއަކީ ފަރުވާގެ ވަސީލަތެއްގެ ގޮތުގައި ދެކެމުން ދިޔައީރު އަދިވެސް އަހަރެންގެ
އިލާންތެރިކަން އޮޅި އާބިޔަށާލް ވިޓަމިންތަކަށް. ޖެރ. އަދުގެނޭ މިތަންގައި ފާހަގަކޮށްލާނަން، އާދެ، ޖެރ.

ކާނުގެ ގޮތެއްލިޔަސް، އޭނާގެ ހާލަތު އަވަހަށް ރަނގަޅުވެފައިވުމުން ހިތްވަރު ލިބިގެން، އަހަރެން ހިކޮރި، ބަޔަށް ގޮތްގޮތުން ރޯ
ނިއުޓްރިޝަންތަކަށް ބަޔަށް ގޮތްގޮތުން ކަށިކާ ކާނާއާއި އާބިޔަށާލް ވިޓަމިންތަކަށް އޭނާގެ ސިއްހަތު ރަނގަޅު ކުރެވިފައި
ކަމަށެވެ. ކާނުގެ ގޮތެއްލިޔަސް އަހަރެމެންނަށް އޭނާގެ އުމުރު ދިގުކަލުން ފެނިހުރި އެންމެ ހެވަރު އަހަރެވެ.

އަދުގެނޭގޮ އަމިއްލައަށް ވެސް އިންސާނާގެ، އާޓް އިންފެކްޝަނެއްގެ މައްސަލަ ހުރި ކާމިޔާބީގެ ފުރަގަލާތުތަކުގެ މިސާލުކަމެވެ.
20އަހަރަށްވުރެ ގިނަ ދުވަހު އަހަރެންނަށް ކުޑަނިކޮށް ބޮޑުނުކައިބޭސް ޖެހިފައިވާ މީހެއްގެ އަހަރުކު އެބައެް ފަހަރަކު
ފިނިހުރުމުގެ އެންމެ ގަދަ ހަމަޖެހޭކާއުކު އެނދުން ނިކުންނަން ޖެހުނެވެ. ނަމަވެސް ރޯ ކާއުމުން މުޅިރީން ކަމެއް ބަދަލުވެ،
މިދިޔަ ދިހަ އަހަރު ދުވަހު އަހަރެން މުޅި އަހަރު ދުވަހު ހުޅުވިފައިވާ އުޅުމުގައި ނިދާފައިވި ނަމަވެސް، ބައެއް ފަހަރު 15ނުވަތަ 16
ޑިގްރީގެ ފިނި ވިންޓަރ ފްރޮސްޓްގައި، މައިކްރޯބްތައް އަދިވެސް އުފުލުންގެ ތަންތަނުގައި ހުރެގެންނެވެ.

އެންމެ ފަހަރަކުވެސް އަހަރެން ކުއްސާފައި ނުވާތީ ހެން އައިސްފައިވާ ކަމުގެ ކުޑަވެސް އިޝާރާތްތައްވެސް އިޙްސާސަށް ނުކުރެވެއެވެ. އަޅުގަނޑު އިތުރަށް ދަންނަވާލަން ބޭނުންވަނީ، ވިސްނާލުމުގައި ހުށިވިފައިވާ ވައިގެ ތެރޭގައި ނިދުމަކީ ވަރު ބަޖެހޭކަމެއް ބޭނުން ނުވާ ކަމެއް. ބޭނުންވަނީ ހަރިކަށި ރަނގަޅު ސިފަތައް، ތާޒާ ވައިގެ ތެރެއަށް މޫނު ހުޅުވާލައި ބޭއްސުމެވެ. މިގޭ އިތުރަށް ނިކި ނުފިބި ރޯގަނޑު ހަދާކުރުމުގައި މެދުކަނޑާލެއްވުމި އަނދުގައި ރޯފުމުގެ ސަރަބޮޑުތައް ނައްޓާލުމަށްޓަކައި ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާ ދުރުކޮށްލުން މުހިންމެވެ.

ކެންސަރަކީ ސުލްޙަތް އިންތިޒާމަށް ޖެނެރޭޝަންގެ ހަޤީޤަތެވެ

އެހެން ހުރިހާ ބަލިތަކެއްގެ ހާލަތުގައި ވެސް ވާ ފަދައިން، ކެންސަރަކީ މެދުވެރިވާ ސަބަބުތަކެއް ވެސް،...
ގުދުރަތުގެ ޖީނުތަކުގެ އަލިގައި ފުދޭވަރަކަށް ފަސޭހައިން ބަލާނެކަމެވެ.

އާދައިގެ ސަލާމަތާއި ކެންސަރު ސަލާމަތުގެ އޮނިގަނޑުގެ ތަފާތުތައް ހުރުމަކީ ސައިންޓިފިކް ވަސީ އިންތިޒާމަށް ޖެހޭ ދިރާސާތަކަށް ކަނޑައެޅިފައެވެ. އެންމެ މުހިންމު ބޭނުނަމަ ކެންސަރު ސަލާމަތަކީ ކޮންމެ ފަހަރު ބޭނުންތެރި މަސައްކަތެއް ކުރުމަށް ބޭނުންވާ އޮނިގަނޑާއި ޒާތީ ޖީނު ނަތީ ފުދޭވަރަކަށް އެންމެ ވައްތަރުގެ ސަލާމަތްތަކަށް އެހީތެރިވާނެ ރޯލު ކުޅެއެވެ. އެހީތެރިވުމުގެ ހަރަކާތްތަކުގައި ބޭނުމަކީ ފުރަތަމަ (ބިލްޖީންގެ ގެތިރިއަރުޕްސް) ކުރުމާއި ހިންގުމެވެ.

އަޅުގަނޑުމެންނަށް އެނގޭ ގޮތުގައި ދުރު އިންސާނާގެ ސަލާމަތުގައި ވެސް ހުންނަނީ ހަމަ އެއްގޮތެވެ ސިފަތަކެވެ. ދުރު އިންސާނާގެ ސަލާމަތަކީ ކުރިމަތިވާ ޖެނެރޭޝަން އާއި ކެންސަރުގެ ސަލާމަތުގެ ތަފާތަކީ އެންމެ ދަރަޖައެކެވެ. ވަކި ހާލަތްތަކެއްގައި ފާހަގަކުރާ ބަދަލުތަކެއް ބަލައިގަންނަމަ، ދުރު މީހާގެ ގެރިތަށް ބޭނުންތެރިކަމެއް ހަކީ ދަރުގައި ބޭއްސުމުގައި ހަމަ އިންސާނާ ކުރިއަށް ވޭވެ. އެނާގެ ޖެރާސީމުގެ މިނިވަން ފުރާމުސްތަކުގައި އެތަކެތި ފެތޭރި، ހުސް ގޮތުގައި އެތަކެތިން ފުރާފައި، ހަމުގެ ދަރުގައި ނައްޓާލައި، އެނާގެ އާދައިގެ ސަލާމަތާ އައްކާން، މިހެންވެ، ކުޖެހިން ދުވަސްކޮޅުވަކަށް، ނާޖެހު ގެނަވަންތަކާއި ނިޒާމުތަކެއް ބޭއްޖެއެވެ އެމީހުންގެ ފުރުޝަތުގެ ނަރުއްކާލުން އެނާގެ ހަރަކަތް މިނިވަންވެގެންނެވެ.

ކެންމެ މިހަކަތްވެސް ފާލުން ފެންނަނީ ދުރު މީހާގެ ބޭޖެ ޖަމާއަތްތައް ކަމަނާއި، ބައެއް ފަހަރު 60-70 ޔޫދީގެ ބަރުދަނަށް ވެސް އަރާ ކަމަށެވެ. އެ މާސޭގެ މަދު ޔިލްއައް އައްވެސް ގޮފިތަކު ނުވަތަ ގުނަވަނުގައި ބޭއްޗިނަމަ، އޭގެ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން އުފެދޭ ފުރުޝަތުގެ ދަރުން ދިފައިވާ ގޮފިތަކު ނުވަތަ ގުނަވަންތަކުގެ ހަރަކާތް ފުރުމައިޖް ވާތަކަން ރަޖިނެވެ. ކެންސަރުން ފިރިހެނުގެ ދިރިއުޅުމަށް ނިމުމެއް އަންނަނީ ހަމަ މިގޮތަށެވެ.

ކެންސަރުގެ ސަލާމަތްތަކާ އެއްފަދައިން ދުރު މީހާގެ ސަލާމަތަކަށް ވެސް ވަނީ ގޮވާލާފައެވެ
ވޭދަނަން ގެނައުމަށްޓަކައި ބަދަލުގައި ތަޢްލީމުދޭ ކާނާގެ ޖަރީމާއިން...

މިފަދަ ކާނާ ކެއުމަކީ ޝައުގުވެރިވާ ފުރާޅުތަކުގެ ގޮތުގައި ހަރަކާތްތެރިވުމުގެ އަސާސީ މަޤްބޫލު. ހަޤީ އިންސާނާގެ ދިފާއީ
މަސައްކަތްތަކުން ދުރުގެ އިންސާނާގެ ޝަރުތުތަކަށް އެޑެޕްޓޭޝަންގެ ޓެކްނިކް މެދުވެރިކޮށް ހަށިގަނޑަށް ވަސްނަ ފައިދާ ގުދުރަތީ މާއްދާތަކުގެ
އިންތިޒާމަށް މުޅިން އެއްކޮށް ނުލިބޭތީ، ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން އެ މާއްދާތަކުގެ ބޭނުން ބަޔަކު އަމާޒެއް ނެތި ގެއްލިގެންދެއެވެ
އަންދާޒާއިގެން މަޕޭޖަން ހުނަރު ބަދަލުކޮށްދީގެންނެވެ. އެ މާޒީނައިން ކާނާ މިނިވަންކަމާއި ބޭނުންކުރުމަށްޓަކައި، ދުރުގެ
އިންސާނާގެ ޝަރުތުތަކުން މަސައްކަތްތަކޮށް ކުރަނީ މިނިވަންކަން ހުރުމަކާއި، އެފެކްޓިވް ބޭނުންވާ ކާނާގެ ފިޒިކަލްޕޮއިންޓަކީ ވަޒަންވެރިވެ،
ފެށިހަމައަށް ގެޓް ކުރުމަށެވެ. އެއިން އެކަކު ނުވަތަ އެތައް ބަހާކު އެދޭ އިންސާނާގެ މަސައްކަތްތަކުގައި ކާމިޔާބު ލިބިދުން، އެދުމުގެ ދަރަޖައި
ވެރިޔާ އެދުމުންނަށް ހުރަހަޔާ ކާނާތައް ގަބޫލުކުރަން ދަރި ސްލީޕްގައި ކެއުމަން ފަރަތެވެ. މިގޮތުން އެއް ނުވަތަ ދެ ކުޅުދުނަ ގަރުން
ފުރިގެން ވެޖެހުން އަންނަނީ ހުރިހާ އިންސާނިއްޔަތުގެ އާގެ މަތިވާ ބިރުވެރިކަމުގެ ތެރޭގައި ބަރައްޗާ ޖަނަވާރެވެ.

އެބައިން ފެބްރުއަރީކަލް ފްރެކްޝަނަލްގެ ތެރެއިން އެއްވަސް ފްރެކްޝަނަލްގައި އަލުގަނޑުވެންނަން މިފަދަ ހާލަތެއް ދިމާވެފައެއް
ނުވެއެވެ، މިޔުއަނބަރާ ޝަރުތުތަކުގެ ތެރެއިން ބަލިތަކަން މަރުވަނީ އެންމެ އެއް ނުވަތަ ދެ ޝަރުތެވެ.

ސިކުނޑި ހިފެހެއްޓުމުގެ ވިސްނުން ހުރި ސާފު މިހާރެވެ

އަސާސީ މައްސަލަތަކާއި ރިސާޗް ސައިންސްވެރިންގެ ވަގުތާއި ފައިސާއާއި ހަކަތަ ބޭކާރުކުރާ މުހިއްމު ސުވާލުތަކާ ދުރު ސުވާލު
އުފެއްދުމަށް އެހެނިހެން ދާއިރާތަކުން ނެތެވެ. ކެންސަރު ދިރާސާ ގޮތް ބަޔާންކުރުމަށްބަލައި އެމީހުން ވަނީ 400 ވަރަކަށް ތަފާތު
ކާސިނޯޖެނިކް އެޖެންޓުން ލިސްޓުކުރުމަށެވެ. ކެންސަރު ފުރުދަކުވެސް އަމިއްލަ ނަފްސާއި މި ސުވާލު ކުރަން ޖެހޭނެއެވެ: "އެ ހުރިހާ
ވިޔަފާރި، ރަސްމީ، ދިރުމުގެ އުއްމީދުތަކުގެ ތެރިވެރިކަމާއި، އަނިޔާތަކާއި، ހުރިހާ ހުރިމިއުޒިއާ، ފައިދާތަކާއި، ނިކަމެތިކަމާއި، ތަރުހީބު އަދި
އެހެނިހެން ދިނުމާއި ފަރުދުތަކުގެ ތެރެއިން ކަނޑަނާޅައި ހުރި ކަންތައްތަކުގެ ގޮތުގައި، ޝަރުތުތަކުގެ ކާމިޔާބުފިކުރުތަކާ ޝަހުރަތުގެ މަސައްކަތްތަކުން ބަލާހިތް ކަމަކަށް
ގަބޫލުކުރުވުމަކީ ސެންސޭޝަނަލް އާއި އެމީހުންގެ މަސައްކަތުގެ ފާބިތުކަން، ނަތީޖާ ގެއްލުން ލިބުމާއި، ފަހަތުން، ފުނޑުފުނޑުވެޔާކަން
މަރާލުމުގެ ފާބިތުކަން، އެކަމަކު ކުރެވެން އޮތް ކަމެއް ކާނާ ގޮތަކުން އެއް ނުވަތަ ދެ ޝަރުތުއެއްގައި އެދުންނަށް ކުރީގެ ވަރަން ބާޒު ބާރުގަދަ
ދިނުމުގެ ބާރު އުފެއްދިދާން، ވަރަން ކުރު ޖަހައްކަގެ ތެރޭގައި ވަގުތު، ވައްތަރާއި ދުން އިންސާނާގެ ހަށިގަނޑުގެ މުހިއްމު އަޖައިބު
ކުރުވަނިވި އިމާރާތް މުޅިން ނައްތާލުމަން؟"

އެ ބިރުވެރި ބާރު ގެދަރަކައި ކައްކައި، ފިޔާ، ތައްޔާރުކުރުން، ޖަނަވާރަށް ހުރަހަރަވަސް އެ ޖަރާސީމުގެ ވެރިމިގާ އަމިއްލައަށް
އޮސްގެ ޖަނަވާރުންބަލައެވެ

އަމިއްލަ އާޒާދު ނައްތާލުމެވެ. ކޮންސަރަޓި ސަލްވަޑޯރު އިންޑިޔާއަށް ހަވާލުވެ، ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާގެ ސަބަބުން ކުރިމަތިވާ ކޮންމެހެން ޖެހޭ ނަތީޖާއެއްގެ ދިރިހުރި ހެއްކެކެވެ.

އެމެރިކާގެ ބަހުރީގެބަޔާގެ ބޮޑެތިކަމުގައި ބަލާބާރުލާތަން ސައިންސްޓިރިން ކޮންސަރޓުގެ ހަޔާ ސަބަބުތަކާ ކުރިމަތިވާން ޖެހޭ އެވެ. އެމެރިކާގެ އަބުރުގައި ދޫކޮށްލަފާ ދަރިވަރުކަމަށް ހިފަހައްޓައިގެން، އިރުތޯރަށު ބޮޑުކާރިއް، އުކަންކަން ކުރަމުންދާތީ ކަރަވަރުތާރީޚުދިރިނުމަވެސް، ނަމަވެސް، މިހާރު އޮތް ކާނާގެ ނިޒާމުތަކަން ބަދަލު ގެނައުމުގެ ސޯލާރު ވިސްނުމަކުން ކުރިމަތިވާ ކާނުގެ ފަހަރަކު، ގެދޮރުއަށް ޖަހާފައިވާ ފަދައިން، ބިޔަގެނގެން ޓް މަރާލައިފަ އަންގާ ހިނދުތާވަކަން ވެސް މަޑުންހާން އެމެރިކާ ހިލޭ އަށް ނަގަނީ، ސަބަބަކީ އެމެރިކާގެ ނިއުޓްރިޝަނަލް އާދަތަކުގައި ގުދުރަތީ ނޫން އެއްޗެސް ކަމުގެ ފެންނަން ބޭނުން ނުވާތީ އެވެ. ހާލަތުތަކުން، މާޖަމައްޗަށް ވާސިލުވާއިރު ތަކެތިތަކުން ގިރާލުމުގެ ސަބަބުން ނަގާ ސަލްފޮނައިވާކަން އެކަށީގެން ހިނދުތާވަކަން ވެސް ވިސްނާލުމުގެ ނޫޅި، އެމެރިކާ ކާ އަކީ މާބީގެ ޖަރާސީމުތަކުގައި މުޒައްދަސް އެއްޗެއްގެ ގޮތުގައި ދެކޭ ތަރި ފެޅިއަޅަން ބޭނުން ނުވާ މީހުންނެވެ , ސިފައިޖިންގު، ކޮއިމިޖިންގު އަދި ބޭޔިންގު.

ސައިންޓިފިކް ސްޓިމިއުލޭޓަރ ސަޕްލައިން ފުރަބަރާ ގޮތުގައި ކޮންސަރވް އުފެދުނީ ހާއްޖަ ސްޓްރަކްޗަރުތަކާއި އުފެއްދުންތަކުގެ ކެމިސްޓްރީގެ ބަދަލުން އެއްރިޕޯޓުފަދަ ސަލަފްގެ އިތުރަށް ފުރިހަމަ ފަރާތްތަކުގެ ފުރިހަމަ ކަތިލުން، ފުރަބަރާ ސަލަފުގެ ކަމުގައިވާއިރު، ފުރުސަތު ވަކި ކާސްޓިކް ނުވާ އެޖެންޓްތަކެއްގެ ނިކުތުގެ ސަބަބުން އެމެރިކާގެ އާދަތައް ސިފަތަކުން މަރުޙަލާގައެވެ. އަހަރުން ގޮތަކުން ބުނާނަމަ، ފުރުޖިއްގެ އުފެއްދުމުގައި ހުރި އުސޫލުތަކުގެ ބަރަބަރު މަޖުބޫރުކަމެއް ނުދެއްކި ކާންފަ ކެނޑިކަމާއި ފުރޯޓީނާ ގުޅިގެންވާ ކަމެއް ނެތަސް، އަ ފުރޯޓީނާއަރު ފަރާތްތައް އިމާރާތްކުރާ ގޮތަކީ، ނިޔަތަ ބަހައެކުގައި ފުރިހަމަ އެއްވެސް ގެޔާމެ ނިމޭނެ އުފެއްދުމަކަށް ބޭނުންކުރާ ގޮތެވެ. އެމެރިކާ ބޭނުން ނުވަނީ ކަށަވަރަކަށް ހުރި ހުރިހާ ވަރުގެ ގިނަތަކެއްގައި ދަރިވަރު ގޮތެއްގައި އެބައަށް މިލިއަން ސަލަފުގެ ފުރަބަރާ ކަމާއި، އަ ސަލަފުގެ ބަރަބަރު އުފެއްދުންތަކާއި ވަރަސާއިން ގެއްލިފަތައް ކަމެކެވެ. އަޅުގަނޑު ފޯނުގެ ކައުނޓަރުގެ "ކޮންސަރޓު ސަލަފު" ގެ މަތިން ފޮޓޯގްރާފެއް ނަކަލުކޮށް ފޮނުވައިދެވެ

ކޮންސަރޓު ބަލާ...

ކައުންޓަރު ފިނިސިއްރިއްދީ (ބ.11): "އެމެރިކާގެ ފުރިހަމަ ސަލްސާގެ ހާލަތު ޒިދުމަތުގެ ވަޒީފާގެ މުޅިން ނުވަތަ ބައެއް ގެއްލުމާއެކު، ކޮންސަރޓު ސަލަފުތަކުން އަ ވަކި ވަޒީފާއެއް ހުށަ ސްޓްރަކްޗަރުގެ ސިފަތައް އެއްވަރަކުން ގެއްލިގެންދެއެވެ."

ވެދާނެ. ފަންކްޝަން ނުވެ ހުރިހާ ސޮސައިޓީއެއްގައި ސްޓްރަކްޗަރ ބުރުޒުއާނެކަން ނުވެ، އުސޫލީގޮތުން ސްޓްރަކްޗަރެއްގެ ނުވެދާނެ ފަންކްޝަން ބުރުޒުއާޖް ވަރަން ވުރެ ބޮޑެވެ." ކޮންސަރވުގެ ސިޔާސަތު އައްޔަރާކާ ހައްދު ކުރެވޭނެ އަންގާ ފޯމުކަން ބޮޑު ހަލީމެއް އިތުރު ކުރަން ކައުޑެއްލި ހަނދާން ނުބިއްޔާ އޮވެ.

އޭރު، ސްޓްރަކްޗަރ އަދި ފަންކްޝަން ބުރުޒުއާޖީމަންޓަކީ ރޭ މެޓީރިއަލިސް އަޅާ ކޮންމެހެން ބޭނުންވާ ކަންތައްތަކެއް ކަމަށާއި، އެ ރޭ މެޓީރިއަލިސް ކޮލްޕް މެޓީރިއަލިސް އަށް ބަދަލުކުރާއިރު، އެއްވެސް ސްޓްރަކްޗަރެއް ބުރުޒުއާޖީން، އަދި ފަންކްޝަން ވެސް ނުބުރުޒުއާޖީން ކަމަށެވެ.

ސޯޝަލްތަކުގެ އާދައިގެ ބޭނުމަށްވުރެ ކައުމީ ރަށު އޭގެ ނަތީޖާއެކެވެ ޕީޓަރ ބާގަރ ކިޔަނީ: "އާދައިގެ ފުރިހަމަ އަލް ސޯޝަލް ތަކުގައި އާރުތަގައި ތަފާތުކުރުން ކަނޑައަޅާ ޕިޔަ ފުރަޖެންސަލް މުކާނިޒަމްތަކެއް ހުރެއެވެ. ކޮންސަރވަން ބަދަލުވުމުގެ ތަރުކައި "ކާސިޓްޒެންސް ގެ ސަބަބުން ސޯޝަލް ހާލަތު އެއް ނުވަތަ އާއްމުވުރެ ޕިޔަ ވަނީ ފާތަކަން ބަދަލުވެ އަންނަނީ. އޭގެ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން އަންނަ ބަދަލުވިޔަ ފުރަތަވަތި ބަދަލުތަވެ." އެކަމަކު، "މިފަދަ ތަރީކާ ބަދަލުވެ ކުރިމަތިވެފައިވާ ސޯޝަލް މުޅިން އޮތޯރިޓީ ނިޒާމްގެ ސިސްޓަމް އަކަން ވުމުގެ ކުރިން އެކްސްޕްރެސިވް ފުރުޞަތު އިތުރު ގެއްލުން ބޭނުންވެދާނެއެވެ" (ބ. 17).

ކޮންސަރވް އުފެދުނު ފުރިހަމައަށް ތަރައްޤީވެފައިވާ އަދި ހާއްސަ ސޯޝަލް ތަކުން ނުކުރެވެ.
"ބިހާއި ސްޓްރަކްޗަރ އަޅާ ވަރަން ތަފާތު ސޯޝަލް ތަކެއް ކަމުން މެޓީރިއަލިޒްމް ނުވެ، އާންމުކޮށް ހިފެހެއްޓުމެއް ނުވި ސްޓްރަކްޗަރ ނުވަތަ ބިސް ސޯޝަލް ޕިޔަވެ އާދައިގެ، ރަނގަޅަށް އެކަށް ސޯޝަލް ނިސްބަތަށް ސަރުކާރުތަކަށް އަރައިގަންނަ ކޮންސަރވަތީ އުފެދުނެވެ" (ބ. 333).

ކޮންސަރވް ސޯޝަލް ތަކުގެ މައިގަނޑު ހުރަހަކީ ނައިބްރާގެ މޯޑަލް ޝިޔާރަތުތަކާއި، ޖަނަވާރުގެ ފުރުޞަތު ކުރެވުމާއި، އެމީހުން އުސޫލުތަށް ފުރިހަމަކުރުމާއި، އާދައިގެ ހިމާޔަތް ފުރުޞަތު އުފެއްދުމާއި، މިފަދަ ބާވަތުގެ އެހީއާއި ޢަދުލުއިންސާފް ކުރުވެ. ކޮންސަރވަން ބަލާއިރު "ހަރަކާތުގެ ފުރުޞަތު އެމީހުން އުސޫލުން ނަހަމަވާމަން 'ނައިބްރާ ބުރަދާ' އެއް ފަރާތުން ތަފާތުކުރާ އާއްމުކޮށްގެ މެމްބަރުން އޮތޯރިޓީގެ ފަރާތުން ފުރުޞަތެއް ދަތި އެއްގަބޫލުކުރުމުގެ ހުއްދަ ނުދޭ" (ބ. 39).އިތުރުން ޕީޓަރ
ބާރަޖޭރިއަލިސް (އޭ މޮޑެލް): "މުޅިން ނަހަމަ ސޯޝަލް ތަކުގެ ނައިބްރާ މުޖުތަމަޢު ކުރިއަށްދާން ހިފެހެއްޓުމަށް ފަރާތަށް އެކަމަ
ސޯޝަލް ނަހަލް، ހަރަކާތުން ފަރާތަކަށް ހިމާޔަތްކަން، އެމީހުން ވަރަން ބަހައްޓާ ތަކެތި ނަހަމަކަމެއްނުވޭ." އެ އުސޫލާ
ފަރާތާއިން ހައްޤުކުރެވިފައި "ވަރަން ބަހައްޓާފައި" މި ލަފުޒުގެ ބަދަލުގައި "އިންސާނީ ހައްޤު ބަހައްޓާ ނުކުރެވޭ އަދި ގެއްލުން ހުރި"
މި ލަފުޒުތައް ޖަހާފައި އޮތީމަ އޮވެ. ކްރިސްޓެންސެން އާއި ހެންޑަސަން (1952)ބުނި ބަދަލުގައި އެމީހުން އުސޫލުގައި މަޤާމުން
ފާހަގަކުރެވެނީ

ކާސިންދާ ސަލްތަނަތުން ޖަމާވުމަކީ "އިސްރާފީލް ކުރާ ޖަނަވާރުއްގައި ނިއުޒިލެންޑުގެ ސަލް ބޭޒުވުމާއި ޖީނަވުމަން މުހިންމު ކަމެއް" (އެ ފޮތުގައި) އެވެ. އެމީހުންގެ ނަޒަރުގައި މި ޖަނަވާރު އިސްރާފީލުންގެ ރަހުމަތުން ގެންގުޅުނު ކާނާ ނަޒަރުން ނޫން ކަމަކާއި، އެމީހުން އެސޭގެ މީހުންނަށް މަގުފުރުން ކަމަށެވެ.

ކަންސަރު ސަލްތަނަތުން މުދުނުކަށް ފްރޮޓެސްޓަންޓް އުފެއްދެއްވީ. ކަތޮލިކް ލިޔުއްވާފައި (ސި.
(152"މެލިގްނަންސީ ޖިނަ ފަހަރަށް ބެލުމުގައިވެސް ފްރޮޓެސްޓަންޓް ސިންތެސިސްގެ އާދަޔާ ހިލާފު ކަމުގައި އާދަޔާ ހިލާފު ފްރޮޓެސްޓަންޓް އުފެދުނީ އެވެ އާދައިގެ ބޭނުން ނުވާ ޖިހާދު ކަންކަމުގައި ހުރިހާ ތަކެތި ބެލުމުން ކުރެވޭ ނޫނީ އެއްވަރުގެ ބޭރުކުރާނެ އަނެއްކާވެސް." އަހަރެ ތަހުރީކުގައި އެހާ ކަސްފުރަސަން (1950)އާ ހަވާލާދީ ވިދާޅުވެއްޖެ: "މެލިގްނަންޓް ޖީއްމަރު ސަލް އާއި އާންމުކޮށް ބޭޒުވާ ސަލް އާއި ދެމެދު ފްރޮޓެސްޓަން އުފެދުމަށް ބޭނުންވާ ނިޒާމު ތަރައްޤީވުމާ ގުޅޭގޮތުން އަސާސީ ތަފާތެއް ހުރުމަށް ހީވެއެވެ. މެލިގްނަންޓް ޖީއްމަރު ސަލްގައި އޮންކޮސެލިއުލަރު އިންޒިޖީނީ މެކަނިޒަމް، އާންމުކޮށް ފްރޮޓެސްޓަން އުފެދުނު ނިޒާމުގެ ހަރަކާތް ހުނުކުރާ އެއްޗެއް، ކާންމުވެސް ވަރަކަށް ހުއްޓުވައި، ވަކިން އަރާކުރާތީން، ސައިންޓިފިކް ތަޙުޤީޤަށް ވުރި ބަދަލުތަކެއް އަންނަނީ" (ސަފުހާ 102-10). ސަލްތަނަތު އުފެދުނު ފްރޮޓެސްޓަންޓްތަކާއި އަނެއް ނުވަތަ އާލާވުން ލިބޭ ފްރޮޓެސްޓަންޓްތައް ނޫން ކަމެއްގައި، ބަދަލުގައި ކަށްޓާ ނުވަތަ ފިހާގެން އާދައިގެ ސަލްތަނަތުން ދާދިކުރާ ފްރޮޓެސްޓަންތައް ކަމަކު ބޭރުއަރަން ޖެހޭ ހުއްދަވީ؟

އިތުރު ސައިންޓިފިކް ތަހުލީލުތަކުން ދައްކާ ގޮތުގައި އެ އަދަދުގެ...
ކަންސަރު ސަލްތަކުގައި ހުންނަ ފެބްރިސް އާންމު ގޮތެއްގައި ހުންނަގޮތު އަސާސީކޮށް ވިބްރިންސް އާއި މިނަރަލްސް ގައި ހުންނަ ފެބްރިސް އާންމު ހާލަތަށް ވުރެ ދަށްވެ އެވެ.

ކަތޮލިކް އެއްބަސްވާ ގޮތުގައި "ސަލްތަކަކީ، މެލިގްނަންޓް އަދި އެހެނިހެން ސަލްތަކަކީ ގޮތެއްގެ ޖީބީއަކުން ހިލާސް ނުކުރާނާ ކާބޯތަކެތި ކެކުރިކުރާ ފަރުދުންތަކަކަށް. ފަހަރުގައި ކާންމު ސަލްތައްގައި ވެސް 10،000 ވަރަކަށް ތަފާތު ބަދަލުކުރާ ކާންސްޖީއަދީންބެސް ހުރުދުނު އެވެ." ..ދިރިހުރި ސަލްތައްގައި ހިންގާ ހަރަކާތްތަކުގެ ބެލުންސް، އެއީ ސަލްގެ ޕްރޮޓީނުގެ ޖީވިތަ ފުދުކަން ބޭނުގައި ފުދުވުން، މި މާއްދާތަކުގެ މެދުގައި ވަރަށް ކާމިޔާބުކަން ކައިރިބިލް އިންބަރުކާޝަންތަކުގެ ކާންމު ވަގުތުގައިވެސް ފަންކްޝަނަކަށް ވާންޖެހެއެވެ.ކާންމު ސަލްއާއްގެ ޕްރޮޓީން މެދިން ކަސަރައަށްމަންބަކައި، އެއް އަނެއް ވުރެ ޖިނަ ގުޅުންތައް ކަސަރައަށްމަކާ ކުރެވޭނު ކަމެއް ނޫނު ކައިރިބިލް ބޭރުން އިން ސިފަކުރަން ޖެހޭނެއެވެ

އެއްގަހަށް މަދު ވެރިއޯބަލްތަކެއް، އަދިގަސްގެޖެނެރޭޝަނުން ލިބިދާނެ އެކަމަކު މުޅި ކޮމްޕްލެކްސް ހާލަތުގެ ވަރަށް ހިމެނޭ ވިއުގައެއް. 4 ނުވަތަ 5ކޮމްޕޮނެންޓް ސިސްޓަމްތަކާ ގުޅޭ ހިސާބުގެ ފޮމިއުލޭޝަންތަކުގައި އެތައް ހާސް ވެރިއޯބަލްތަކާ މުއާމަލާތްކުރާ ކަންތައްތަކެއް ދުށާނުލާފައި ބޭނުން ދަށިމަތިވެއްޖެ" (ޕެޓާރސަން، ފެބްރުއަރީ151-152). structure of cells، ވޭބްސް، ކޮބާހައިޑްރޭޓްސް، ލިޕިޑްސް، މިނަރަލްސް، އަދި މިއޮނެލްސް ކަންކަމާ ގުޅޭގޮތުން ސައިންސްތަކެވެ.

އަމިއުން ފުރަތަމަ ޕީޓް އިންޓިނިއަރުގެ ހިލަމަތަން ފުރައްސަރުކޮށް، އެކަށީގެން ކަނޑައަޅުފައިވާ ކަންތައްތަކަށް ބަލައިން ނުދީ، ދެން އަމިއުންގެ ފޮކަސް ރިތަކުގައި އެކިއެކި މާއްދާތައް އުފެއްދުމަށް އަދިގަސްތަކުން ހުރިހާފަދަ ހަމައަށް ވާސް ދެއްވެ. އަމިއުންގެ އަމަލުތަކާއި ހުރިހާ ކަންތައްތަކުގެ ނުވަތަ ހިސާމާފުރި އަމަލުތަކާއިގެ ކިއުންތެރިކަމާ އަލިއަޅުއަށް ނިންމުމަށް ދޫކޮށްލާށެވެ.

ޒަރީރު ކުރެކުރުން ނުވަތަ ކާނާ ކެއުމަށް ހުރަސްއެޅުންތަކުން ކަންސަރު ޖެހުމާއި ބޮޑުވުން ހުއްޓުވާ ނުވަތަ އަންގާ ކުރެމިނުން ހަނިކުރުވާ ކަމަށް ދިރާސާ ސަފުހަށްފެށުން ފެނި ޖީނަ ހެކިތައް އެއްކާކުރެއްވެ. ފުރަތަމަ ބޮޑު ހަނިމަރާމާގެ ދުވަސްވަރު އޮޅު ޖެނުމާކް، ރަޝިޔާ، ޖަރުމަނު އަދި އޮސްޓްރިއާގައި އަމަލުކުރަމުން ދިޔަ ކާބޯތަކާޗީގެ ވަރުގަދަ ރޭޝަނުގެ ދަރުން ކެންސަރުން މަރުވާ މީހުންގެ އަދަދު ހަނިމާލަމަށް ހުމުންއިރު ރޭޝަނު އުވާލުމަން ފަހު މަރުވި މީހުންގެ އަދަދު މަދުވި އެވެ. ހިންދުގެ (1925)ގެ ނަޖާރުގައި މާޢިނައިން ކެންދިނުމަކީ އަޅާ ފަހުން މަރުވުމުގެ މައްސަލަ މި އިތުރުވުމަން ގެދުވެރިވި ސަބަބެކެވެ.

ކައްޗެރީ ޖަނަވާރުތަކުގައި ކުރި ތަޖުރިބާތަކުގެ މިސާލުތަކެއް ނަންގަވަނީ: "ކާނާގެ ދަރިކަމުން ޖަނަވާރުތަކުގައި ޓިއުމަރު ބޮޑުވުން ހުއްޓާލާ، ނުވަތަ ލަސްވާ ކަމަން ދައްކާ ކުރީގެ އިންޑިޕެންޑެންޓް ތަޖުރިބާތަކުން މަސައްކަތް ފުލާކުރުމަން މޯރާ (1947)މޯރިސް (1909)އަށް ކުރެވުނު ދެއްވެ."

މޯރިސް އިން މަސްތަކަން ޓްރާންސްޕްލާންޓް ކުރި ސާރކޯމާ ނަގާފައިވާ ފުރަތަހަށް ކާނާގެ މިންވަރުގެ ގޮތެއްސެކަން ނިސްބަތުންނެވެ. ރަސްޓްރިކްޓެޑް ޑައިޓް ކުރާ މަސްތަކުގެ އުމުރު ދިގުވެ، ފުރިހަމައަށް ކާނުދިން މަސްތަކަން ވުރެ އެ މަސްތަކަން ޓިއުމަރު ޓްރާންސްޕްލާންޓް ކުރަން އުނދަގޫވި އެވެ.

"މުކުކާ އާއި އާނާގެ އެކުވެރިން ވަނީ އެކަމާ ބެހޭ ގޮތުން ފުދުވެރިކަން ފާހަގަކޮށްލާފައި ދިރާސާތަކެއް ކޮންމެ އެވެ. ރަޓްސް ތިބެރެގެ ކޮންޑިއެވެނި ގައިބުގެ ހަކަތަ ބެލެހެއްޓުމަން އެކަށީގެންވާ ނަމަވެސް ބޮޑުވުމަން ފުދުވެރިކަން ދަނީކޮންގެންނެވެ. އެއް ގުރޫޕެއް މިގޮތަން ބޭއްވިއެވެ

އާންމުކޮށް 600 ދުވަހަށް މިބާވަތުގެ ކުއްތާގެ އުމުރުގެ ދިރުމިނަށް ގާތްގަނޑަކަށް 600 ދުވަސް ކަމުގައި ވިޔަސް، 700 ދުވަހަށްވުރެ ގިނަ ދުވަހު ޖީވާންކޮށް، އަނެއް 900 ދުވަހަށްވުރެ ގިނަ ދުވަހު ބޭފުޅުން ދުރުކޮށްނުލާ. އެކަނިގެންވާ ކަލޫރީ ދިނުމުން ދިރިއުޅެ ރޮނގުސް މެކްއެރެވެ ޖެހުމަ 1،400 ދުވަސް ނުވަތަ އެއަށްވުރެ ގިނަ ދުވަހު ދިރިހުރެދާނެ — އާންމު އުމުރުގެ ދެގުނައަށް ވުރެ މަތިގައެވެ" (ބަލާނީ. 394-395).މަނާއާކާވުސް ވެސް، ސްފެރިލިންގެ އަދި ބާންސް (1943)ވިދާޅުވާ ގޮތުގައި "ތިއްމަރުތަށް in growth until after they had been allowed to attain maturity" (ބ. 396). އުފެދުމުގެ was negligible in retardedއަ ކުރިންނަށް ކާނދިނި ހަމައެކަނި ތި ކާނާގެ ހަނި ކާނާއެއް ނަމަ ކޭންފަރ އަޅައިބ ކުރުވަނިވި ނަތީޖާތަކެއް ނުލިބޭނެ ހެއްދެވޭ؟

އިތުރު ތަޖުރިބާތަކުން ދައްކާ ގޮތުގައި "އާދައިގެ' ކާނާ ކާނދިނުން 198 ކުދިންގެ ތެރެއިން 150 ކާކުސް ތިއްމަރު އުފެދިފައިވާއިރު، 200 ރިޖެރެޖް ރޮނގުސްގެ ތެރެއިން އެންމެ 38 ތިއްމަރު އުފެދުނު — އާދައިގެ ކާނާ ކަމަށް ބެލާ ޖަނަވާރުތަކުން ބައެއް ގޮތްގޮތުން މަހުރޫމްވެފައިވާ ޖަނަވާރުތަކުގެ މިފަދަ ރަހުމުކުރާ ކަމިލެން ފެތުރި، އުމުރުގެ މުއްދަތު އިތައް ފަހަރަކު ކުރުކޮށްދޭ ޖެއިބެއް ހެއްދެވޭ؟

ރަށިފް އިންޝުއަރަންސްގެ ތަފާސްހިސާބުތަކުން ދިއްލާތްކޮށް ހަރިގަނޑުގެ ބަރުދަނާއި ކެންސަރުން މަރުވާ މީހުންނާ ދޭންނަ ގުޅުން ސާފުކުރުމަށް އެކި ވަގުތުތަކުގައި މަސައްކަތްތަކުގައި ކުރެވިފައިވެ އެވެ. 1913 ވަނަ އަހަރު އެސޯސިއޭޝަން އޮފް ރަށިފް އިންޝުއަރަންސް މެޑިކަލް ޑިރެކްޓަރުންނާއި އެކްޗުއަރީއަލް ސޮސައިޓީ އޮފް އެމެރިކާގެ ޖޮއިންޓް ކޮމިޓީއަކުން 20-62 އަހަރުގެ ފިރިހެނުން ގެތް 774،672 ޕޮލިސީއާ ބެހޭ ތަޖުރިބާ މުއާމަލާތް ކުރި އެވެ. ދަށް ފެނުނީ އުމުރުން 30-44 އަހަރުގައި އިންޝުއަރަންސް ނަގާ ފިރިހެނުންނަށް ކެންސަރުން މަރުވާ މީހުންގެ ނިސްބަތަކީ ބަރުދަން އިތުރުވާ 37 މީހުންނާއި، ސްޓޭންޑަޑް ބަރުދަނުގައި 32 މީހުންނާއި، ބަރުދަން ދަށް މީހުން 24 މީހުން ކަމަށް 100،000 އަށް ގޮސްފައިވެއެވެ. އުމުރުން 45 އަހަރުން މަތީގެ ގްރޫޕުން، އެ...

އެއާ ގުޅޭ ރޮނގުތަކަކީ 144 ،156 އަދި 120 އެވެ.
ޓްރިއަން ސެންޓްރަލް ލައިފް އިންޝުއަރަންސް ކޮމްޕެނީގެ ރެކޯޑުތަކަށް ބަލާއިރު، 1932 ވަނަ އަހަރު ތަހުލީލުކުރި ގޮތުގައި، ކެންސަރުން މަރުވާ މީހުންގެ ނިސްބަތަކީ، 25 އިންސައްތަ ނުވަތަ އެއަށްވުރެ ގިނަ ބަރުދަނުން ފެނިގެން 50 އިންސައްތަ ބަރުދަން ދަށްކޮށްލާފައި: 114، 111، 121، 138، 143 އަދި 95 ދަ... "އާދައިގެ" ބަރުދަނަށް އިސްތިއުމާލުކުރާ 111 ގެ އަދަދެވެ. އަދިވެސް ދާދިފަހުން، މެޓްރޮޕޮލިޓަން ރަށިފް އިންޝުއަރަންސް ކޮމްޕެނީގެ ސްޓެޓިސްޓިކަލް ބުލެޓިން (1951)އިން ބެނާ ގޮތުގައި، ކާޑް ފެސިލިޓީ-ރެނަލް ބަލިތަކުގެ ސަބަބުން ބަރުދަން އިތުރުވާ ފިރިހެނުން މަރުވެއެވެ

ވީ އަށަރުއޮފީސް ސްޓޭންޑަޑާ ދެކެއިކުރަ އެއްބައި ކަމަށާއި ހަކުރުބަލީގެ ސަބަބުން ލިބުނު މިންވަރު ގޮތުގަނޑުކަން ހަމަޖެ ގުނަ ސްޓޭންޑަޑް ކަމަށް ވެސް ވިދާޅުވި އެވެ. މިއީ ދާދި އިންސާނާ އިންސާނިއްޔަތަށް ދެއްވާ ނިޢުމަތްތަކެވެ.

1900 އާއި 1950 އާ ދެމެދު އެމެރިކާގައި ކާޑިއޯ ވަސްކިއުލަރ ބަލިތަކާއި ކެންސަރު ޖެހިގެން މަރުވާ މީހުންގެ އަދަދު އިތުރުވެފައިވަނީ ތިރީގައި މިވާ ގޮތަށެވެ. 50 އަހަރުގެ ތެރޭގައި ކެންސަރަށް މަރުވާ މީހުންގެ އަދަދު 100،000 އާބާދީގެ ތެރެއިން 64 އިން 139.6 އަށް އިތުރުވެފައިވާއިރު، ކާޑިއޯ ވަސްކިއުލަރ ބަލިތަކުގައި މަރުވާ މީހުންގެ އަދަދު ވަނީ 244 އިން 478.1 އަށް ކުރިއަރާފައެވެ. ޖުމްލަކޮށް ބަލާއިރު، 1950 ވަނަ އަހަރު ކޮންމެ 100،000 އާބާދީއަކުން 803.9 މީހުންގެ ތެރެއިން 617.7 މީހުން މަރުވެފައިވެއެވެ. އަދިވެސް މާ މުހިންމު ކަމަކީ 1964 ވަނަ އަހަރަށް އިސްތިހާރުކޮށް އެންމެ ފަހުގެ އަދަދުތަކެއް ނުލިބުނު ސަބަބަކީ. މިއީ ބޭސްފިރިކަމުގެ "ކުރިއެރުމުގެ" އަޅައިގެ ކުރުވަނިވި ނަތީޖާތަކެވެ؛ ޑޮކްޓަރުންނާއި ހޮސްޕިޓަލްތަކާއި ބޭސްތަކެއް ޖެނެރަލްގެ ސިޔާސީމަރުކަޒު ނަތީޖާ؛ ކާބޯތަކުގެ "ޓެކްނިކަލް ސްޓާފުކުރުމުގެ" ކޮންމެހެން އެޅުވި އެއްޗެހިތަކެވެ. މިހާރުގެ "ކުރިއެރުން" އިތުރު 50 އަހަރު ވަންދެން ދެމިއޮތުމަކީ ކަންކަމުގެ ހާލަތު ތަނަވަސްކަން ބޭނުމެއް ކުރެވިދާނެއެވެ.

އެމެރިކާގެ 1964 ވަނަ އަހަރުގެ ރަސްމީ ބެލެންސްރިސާޗުތަކަށް ބަލާއިރު، މަރުވި މީހުންގެ ޖުމްލަ އަދަދުގެ އެންމެ 1.4 އިންސައްތަ މީހުންނަކީ "އޮޓޯމޮބައިލްތަކާއި، މެޝިނަރީއާއި، ރަނގަޅަށް ކަނޑައެޅިފައި ނުވާ ހާދިސާތަކެއް" ކަމަށް ބުނާ މީހުންނެވެ. މި ކެޓަގަރީގައި ޝާނިމީޖިއަރު ހަމައެކަނި ވިކުރުމެއް، ހަމަގައިމުވެސް، ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާ ބޮޑުނުކުރާ މީހުންގެ ތެރޭގައި އެއްވެސް މީހަކު މެޝިނަރީ އަމިއްލަ ނުފޫޒާލީއެވެ. ކުޅިވަރުގައި ބައިސިކަލް ސައިކަލް ދުއްވާތަކެއްގެ ދަރުން! އެކްސިޑެންޓްތަކާއި ހާދިސާތައް ޒިޔާދަވި، ހުރިހާ އިންސާނުން މަރުވާނީ މެޝިނަރީ އަމިއްލަގައެވެ.

ގެދުރަކީ މާހައުލުގައި އުޅޭ ވަގު ޖަނަވާރުތަކުގެ ތެރޭގައި ކެންސަރު ޖެހޭ ކަމެއް ނުވާނެ އެވެ. ނަމަވެސް އަދުވެރިކޯޗުފައިވާ މަކުނުތަކަށް ޖިނާ ދުވަސްތަކެއް ވަންދެން ޖެހޭނުވެ ކާނާ ދިނުމަށްފަހު ކެންސަރާ ވައްތަރު އެއް ނުވަތަ ދެ ޖިއްމަރު ފެނިފައިވެއެވެ. "ކެންސަރު ދޮގުތައްދުން ދިމާވާ ކަމުގެ ހޮލި މުޅިން ނުބޭ ހަމައެކަނި ބޭ ޖަރާސީމުތަކަކީ ކަނޑުގެ އަޑިގައި ދިރިއުޅޭ ޖަރާސީމުތަކެވެ،" ކައުންސިލް އިއުލާން ކުރައްވައިފައެވެ (ބީ.

މީހުން މިވެސް އިންސާނުންގެ ފާހަކުރެވި އަތުކަމެއް ނުކުރެވިދާނެއެވެ 196).

އެމެރިކާ ހަމައަށް އާދެވުނެވެ. އެމެރިކާގެ އިމިއުނިޓީ މާ ފާރަގަސްކޮށްލެވޭ ކަމަކީ، އެމެރިކާގެ ދުނިޔެ އަޅުގަނޑުމެންނަށްވުރެ މާ ބޮޑު ކަމެއް، ސަރަހައްދުގައިވެސް އަދި އާބާދީގެ ގޮތުންވެސް.

އަޅުގަނޑުމެން ބަލިހާލު، އެމެރިކާގެ ދިރާސާތަކުގެ ތަޖުރިބާގައި ސައިންސްފިކްޝަން ކުންސަލްތަކުގެ އަސާސީ ސަރަހައްދުތަކާ ކުރިމަތިލާ، އެމެރިކާންނަށް ބަލާ، އުކުންކުން ކަނަވަރުޓާނުދި، އަދިވެސް އެމެރިކާގެ ކައިރިން ފާއިތުވެދިޔަ މުޅިން ފަރުވާކުރެވޭކަމަށާއި، އެމެރިކާގެ ހުރުން އޮހެން ކަމެއް ފެނިއްޖެނަމެވެ. "ކާނާގެ ބައެއް މާއްދާތައް މާލީސަރުކާރު ކުއްލިން، ނޫނީ އެ މާއްދާތައް ނެތުމުން އިންސާނުން ކުންސަލު ބުރިދޭން ކަމުގެ ޒިޔާދަ އޮތުން މަސައްކަތްކުރީ ދެނީ ކުރިއަށްދެވުނެވެ."

ބަނަވާރުތަކުގެ ކުއްޖަށް ތަޖުރިބާގެ ގޮތުން އަންނަ ބަދަލުތަކުގެ ސައިބީން ހުރިހާ...
އާގެ ފުރުން ކުންސަލު ހުރުމާއި ނިތަމުގެ ތަފާތު" (ބ. .(220

ގުދުރަތީ ކާނާގެ އަސަރުތައް ފެށި ސިޔާ އެމެރިކާނުން ލިޔުނު އެވެ.
ކައުންސިލް މި ނަމުތަކާ ބަޔަކުމެން ފުދޭވަރަކަށް ސާފުކޮށް ޝިފާދެވިފައި ވެއެވެ: "އެންމެ ފުރުން ރަނގަޅު ހާމަކޮށް ފަރާތުގެ، ބައެއް ބަނަވާރުތަކުން ގުދުރަތީ ކާނާ ދިނުމުން، ވަރަށް ސާފުކޮށް ކާނާ ދިނުމުން ޖިސްމަށް އެފުދުގެ ފުރުސަތު ކުޑަކުރެވެ. ސިފްވަރުސްޓީން، ޝަފާމަން އަދި ބޭނުންތަކު (1952) ފާރަގަސްފައިވާ ގޮތުގައި ސޮމީ ފިޒިއޮލޮޖީ ކޮމިޝަންގެ ރިޕޯޓް ބެހޭބަޔަކާ ހިމެނޭ އެހެން މީހުންނަށް ވެސް ބޭނުން ގުދުރަތީ ކާނާއިން އެކުލަވާ ފުރިހަމަ ކާނާގެ ބައެއް ބާވަތްތަކުގެ ތެރެއިން ޖެހޭ ފިޔަވަޅު ފިރިހެނުން މަސްތަކުގައި ބޮޑު ގިންތިތައް ގެންދާ އެކުލަވާލައިގެ ސި3އަހަރު ފިރިހެނުން މަސްތަކުން ސޮމީ ފިޒިއޮލޮޖީ ކޮމިޝަން ބޮޑުބައެއް ރިޕޯޓުގައި އެކުލަވާ ބައެއް އިތުރު ދިރާސާތައް ދިރާސާ ކުރިއެވެ.ޖިސްމަށް އެފުދުގެ ތަފާތު ގުދުރަތީ ކާނާއާ ގުޅިގެން، ހަރަކާތްތަކުގެ ބަދަލުތަކުގައި ނުވަތަ ފެތުރެން، ފަތް، ވިޔަފާރި އަދި މިނަރަލްސް ގެއްލިގެން ހުރެއެވެ. ދިރުމުގެ ބާވަތްތައް ފާރަގަސްކުރެވިފައިވާ އެހެން ބޮޑެތިކަމުގެ ޖިސްމާނީ ތަފާތު ޒަމާނުގައި ހިނގާފައިވާ ހާލަތު ހާމަކުރެވޭ." (ބ.ވ.ނ. .(403-404

"އެންމެ އަދި ކާބޯތަކާ (1952) ހޯދި ގުދުރަތީ ކާނާ ދަނޑުގައި ގުދުރަތީ ކާނާ (ސޮމީކް ބައެއް) ދިން އާއިލާ އަދި ސޮފްޓްވެއަރ ޓްރޭނިންގ އަން ކާސިނޯޖެން، -2އާސިޑިއިލްމިނެރަލްސް އިން އެކުލަ މާކުރި ޖިސްމަށް ސޮމީފިޒިއޮލޮޖީ ބައިން ދަރިންނަށް ފެނު މަދުވެއްޖެ. މި ތަފާތު ވަރަށް ބޮޑެވެ" (ބ. .(.(404

ޝައްކުއްވެސްނެތްގޮތުގައި ހިތުންތެރިޔާއަށް ފުރަގަހުކުރުވިސް އެމީހުން ތަޢުރީފުކުރާ މަސްތަކަން ދޭ ކަނާގެ ބާވަތްތަކެވެ:
ކަސިވިން، ސްޕާޓޯ، ކޮޓަންސީޑް އޮއިލް، ސިންތެޓިކް ވިޓަމިންސް އަދި ލޮނު ފަދަ ވަރަން ސާފު ތަކެތި. މި މާއްދާތައް މިކްސްކޮށް
އަން ރިސާޗް ސައިންޓިސްޓުން އޮޅުވާލަން "ނޭޗަރަލް ޖޫސް" ގެ ނަމުން ރީޓެއިލް އެވެ. އެމީހުން ދައްކަނީ 100 ޕަސެންޓް
ކުންސެރު ނަރު މަސްތަކަށް އެއްކޮން ކާނާތަކުގައި ބަންދުކޮށް، ނިކަމެތި މަގުފޫޒުންނާ ފަދަ "ނެޗުރަލް" ކުލަރިން ފުރަދިން ކަންތައްތަކުން،
އެކަކު އަނެކަކާ އިންބިރިޔާކަން، "އާދަޔާގެ ކާނާ" ކާނުލި، މަދު ލިބޭ ފުރުން ކާން އެއްޗަކަން ބަދަލުކޮށްދީ އެވެ އެމީހުން ހިތަދި
"ޖެއްސި އިންބިރޭ ސޮބޭޒަންސް އޮފް މައިސް" އެވެ.

އެމީހުން ބުނާ ގޮތުގައި އެ "އިންސްޓެންޓް ސޮޑާފަން އޮފް މައިސް" ލިބޭ ހުރެސް ޖެހޭފާލިކަލް ހާލަތުގެއްގައި ކަމަނާއި، ބައެއް
ސޮބޭޒަންސްތަކުގެ 80ޕަސެންޓް ހަމައަށް "ނޫނީގެ ސަބަބުތަކެއް" ގެ "އަމިއްލައަށް" ޖިސްމަށްތަކަށް ފަސޭހަވާ ކަމަނެވެ.
ކައްކާފައި ހުނަނަ ހުރިހާ މީހުން ވެސް ތިޔޭ ސިފަ އެއް ވައްތަރެއްގެ ޖެހޭފާލިކަލް ހާލަތެއްގަ އެވެ.

ސައިންސްވެރިންނަން އެއްވެސް ބޯނުންތެރި ކަމެއް ކުރުހުމަން ކުރަހާނަވާތީ މިހާރު ބަލާފަމާ ހިނގާނެވެ
މަތީގައިވާ ފުރަގަހަށްލާފާ ހުރިތަކުން ނިންމުންތަކެވެ. ޖަލާބު އޮތީ ހިތާމައާއެކު ނަގެއިލް ގޮތަކަށެވެ. ހަމަކަނަވަރުން، އާންމުކޮށް
ތަރުޖަމާގެ ޕްރޮޖެކްޓްގެ ގޮތުގައި ބަލާ ގުޅާ ނަލުފާ ވައްތަރުގެ ކާނާއާއި ބޭނުންތަކުގެ ތެރެއިން އެއް ބާވަތެއް ނުވަތަ އަނެއް ބާވަތްތަކުގެ
ކާނާއާއި ބޭނުންކުރުން އެއްކިބާވެ، އަނާގެ ހިތުންތެރިންގެ ތެރެއިން އެއްވެސް މީހަކު މުރާލިގެން ނަވާނުއެވެ. މިއީ އަނާ ވިޔަފާރި
އެއްޗެއް: "ހުއްޓިކަން ކާނާއާ ގުޅިގެން ޖަނަވާރުތަކުގެ އިންސާނުންގެ ކުންސެރުގެ ބޮޑު އުފެއްދުމުގެ ތެރެއަށް ހިނގުމުގައި ސަމާލުކަން
ދޭންޖެހޭ. އިންސާނާއި ބަނޑުހަރުގަނޑުކަމުގެ ގޮތް ފެންވަރުގައި ފާގަވައި، ތަފާތު ޕަނަ ކާނާ ކާއުމަން ހުނިވެއިވާ ހުރިހާ އެއްޗެއް
ކާއުމަން ހުނިވެއިވާ މިހުކެވެ." ދުނިޔޭގެ އެތައް ހިސާބަކުން އެއްވެލައިވާ ޖަނަވާރުތަކެއް ކުރުމުގައި ވާއިރު، ޖަނަވާރުތަކެއް ތަރުތީބުވެފައި
ހުންނަނީ ލޮކަލް އުރީޖަނުގެ ތަނުކޮޅެއް އެއްގޮތް އަދި ސާދާ ކާނާތަކަކެވެ" (ބ. .(220ލިޔުންތެރިޔާއަށް ހިދާ ބޯޖެ ގޮސް
ތަސައްވުރުކުރެވޭ ހިތުންތެރިޔާ އަމިއްލައަން ނިންމަވާލެވެ.

"މި އެކަކަރި، ފުރުފުރޭ އަދި ފުރާޖެހޭޖެ، ކޮލޭސް އިންބިރޭ ސޮބޭޒަންސް އޮފް މައިސް ގައި ކުންސަރަން އާޖިފެޝަލްކަން
އެކްސެންޓުއޭޝް ކުރުވިފައިވާ ވިޓާސި ސަސްސަސްޓިބިލިޓީ ލެވެލްގެ، ދަން އެ ކުންސަރުތައް ހަދާގަތުގައި އޮފްދެނީ ހިހިނަށް
ހައްދެވެ؟" ސުވާލުގެ ޖަވާބެއް ނެލިބި ކައްޓާލި (ބ. (350އަހާލައްވެ.

"ވަކި ސޮބޭޒަންސްތަކެއްގެ މަސްތަކުގައި ގެނަވަންތަކަން ހުއްޓަ ވިޓާސި ނާޖުކަކަން ދެނެގަތުމަކީ ސުވާލުތަކަން ނާޖުކު
ކާސިންޖެންތަކުގެ ބްލީޖައިޓަމާދު އަރަނުގެންގެ ޖާހިލުކަން ހަމަހަމަނުދާ ކަމެކެވެ. މި މަސްތައް ގެނެގުޅިނި ވަރަން ހިތާވަރި ވުޖޫދުއް
ކޮށްތަކުގައެވެ

ކޯޓުތަކާއި އަމީރުންގެ ކައުންސިލްތަކާ ވަރަށް އެއްގޮތެވެ. އެއީ އެނގޭ އެއްވެސް ދިމާކަށް ނުވަތަ ކުރިޔަށް ނުވަތަ ބަދަލުގެނަކަށް
ހާސިލްކުރެވޭ އަދި ހުރަހެއްނެތި ބަޔާން ކުރެވޭ" (ނޯޓް -349
350).ކަމުދުރި ގައިތުގަ ކަ މަރުޖަތު ހަފީ ފެޅިކަމަށް، ކުދިކަމަށް އަދި ބަރުލަމާނަކަށް ހާސިލްކުރެވޭ އަދި ކޮންމެ އަދިއްރަމަން އަ
ނިކަމެތި މަސައްކަތް އުފެއްދި ހަމަ ޝަރުޢީ ކަމެވެ. އެގޮތަށް ގެންދެވުނު މާރައްމުގައި ކޮށް އިން މަޝްރޫޢުތަކެއް، އެކަހެރި ކަރުބަލަކީ
އެކަހެރިކަން ބަރުދަކަން، ހިލާކަން، ޖިނާޔަތްތަކަން، ރައްކާތެރިކަން، އަޚްލާޤީ ގޮތުގައި ޢިނާޔަތްކުރުން، އެއްކަމަކަށް ކާރިސާ
ކޯޓުތަކުގައި އެއްވެސް ހުރަހަކާ ނުލި ބަޔާންކުރާ، ކާސިން، ކުރަންސްކުރާ، ކޯބަސްޓާކް، ސަލްކަނި ފިޔަވަޅު
އާއި ފާސްކުރެވެއެވެ.

އެހެން މަސައްކަތް ކަމުދެއްރި ގަސްސްދިނި (ހ) ގައިބެރައްޓް ފުރަތޫން އަދި އެސްކަސްޓޫމަރު އެމެރިކާ އެސްޓޭ އަދި (ށ)
ގައިބެރައްޓް ދީ ފިހަމަސް އަށް ބަދަލު ގަސްސްގޮތް ކަސްޓަމް އުފެއްދުމަށް އަސްސަ ބަދަލުކުރުމަށް ދައުލަތުގެ މަޖިލީހުގެ ގަވާއިދާ ދި
ތަޖުރިބާކޮށް. ދަށު އޮފީސަރު ރިޕޯޓުގައި މިހާ ކާމިޔާބުކަމަށް ކިޔައިދިނީ: "ފިހަމަސް އާއި ކައުންސިލްތަކުގެ ބޭނުންވާ އެމެރިކާ އެސްޓޭތަކުން
ކަސްޓަމް އުފެއްދުމަށް ބަދަލު ގަސްސްގޮތުގެ... މިކަންކަމާއި އެހެނިހެން ހުރިހާކަމެއް ބަލަހައްޓައިދެނީ އުނދަގޫ ކަމެކެވެ. މަދު
ނުވަތަ އިތުރުވާ ވެސް ކާނާގެ މަސްދަރުތައް ސިފަ އެ ޖީޝަރަން އަމަލުކުރާ ކަމަށް ގޮތުގަތަތާގެން ނުވާނެއެވެ." ނިޒާމުކުރުމުގެ ބަދަލު
ހިނގަނީ" (ނޯ. .401މިއީ ސާފުކަން ފުނަސަން އަތް ގެޓާ ދަރަޖަ ހުރިތޯ ކުރުމެވެ. އެއީ ފުރިހަމައިގެ ހިތްހަމަޖެހޭ ނުވަތަ ހިތްހަމަ ނުޖެހޭ
ގޮތަން ހިންގުމި އަ ފުރިހަމައިކަން ފުރަތަމަތަކާ ދެ މުޖުރިމަކުގެ އެއްބައިވަންތަކަމާއި ނުވަތަ އެއްބައިވަންތަކަމާ އެއްވެސް ގުޅުމެއް
ހުންނަ ކަމެއް ކަމަށް ނުބެލޭނެ ކަމަށް ބުނާނެ އެއްވެރެވެ.

"ގެރިސްޓަޕިން (1947)ރަނގަޅަށް ޢިންޖާރު ދައުލަތާއި ފެދަރިން، މި ހުދުދުތަކުގެ މައްޗަށް ޢިންސާނާއަށް ކަސްޓަމް
ހުއްޖަތުގެ ކަސްޓަމުގެ ގައިބެރު އުފެއްދުމެއް މުޅިން ވަކި ފެނިދާނެ ކަމެއް." ކަމުދެއްރި ޖިހާއްސާގައި ދަށް އިތުރަށް ފިދާދަކާއި އަވަ
މިފަދަ ހައިރާންކަމަށް ގައިބެރަށް ތަބާވާ ތަދުރީބާ ޖަނަވާރުތަކާއި ކާސިލްކުރެވުމުގައި ވެރިންސާ ދުވަސްވަރު ބަޔަކު ހާލަތުތަކުގައި
ގައިދަނޑުކަން ކުއްޔަރު ސަރުކާރުއްޔާ ހިނަ އަހަރުތަކުގެ ތަރައްގީގައި ކުރިއެރުން ކަމުގެ ހުރިހާ" (ނޯ. .401)

އެހެންނަމަވެސް، "ޖަނަވާރުތަކުގައި ދިޔު ގުޅުމެއް ކާން ނުދިނުމެން ކަނޑައެޅިގެން އަމިއްލަޔަށް އުފެދި ބައިގެ ވައްތަރުގެ
ބިދޭސީ މުދާތަކުގެ ނުލަފާ" (ނޯ. .429)

"ހިޔެން ހުރި ގެބަސްގެ މައިގަނޑު ގޮތުގައި ގުޅިފައި ވަނީ ބިދޭސީ ޢިންސާނުންގެ އާއި ނުދޭތޯ."
އެމެރިކާގެ ކުރިއެރުމުގެ ތަރިކާ އެމެރިކާ ފުރުމަތުގައެވެ. އަ މަދު މިސާލުތަކެއް އިން...

Machine Translated by Google

base any therpeutic measures in the present state of our knowledge" (ބ. 402).
which growth is modified by dietary factors are insuficient evidences on which to
އަޅުގަނޑުމެންނަށް ހިލޭ ކަމެއްގައި ބިއްމަތުގެ އިންސިޖެންސް މަދުކުރުމަށް ޝައުގުވެރި ނުވާނެއެވެ؛ އޭނާ ޝައުގުވެރިވެއެވެ
ހަމައެކަނި ކެންސަރަށް ފަރުވާ ހުށަހަޅަން ފަރުވާގެ ފިޒިޔޮލޮޖީއަށް ހުރުމުގެ މައްސަލައިގައި އަދި އެއީ އަޅުގަނޑުމެންގެ ނިއުޓްރިޝަނަލް
އާދަޔާ ޚިލާފު ކުރަންޖެހޭ ނޫން، ކެންސަރުގެ ފެންސީ ޑިޒައިން ނުވަތަ އެހެން އޮއްވާއެގެ އަޖެންސީ މެދުވެރިކޮށް.

އެންމެ ފުރަތަމަ ކެންސަރުގެ ހޯމޯން ސަބަބުތައް ސައިންސްވެރިންނަށް ފެނުނީ ކޮން އިރަކު ކޮންމެވެސްއިހަކުން
އަނގުމަތީ ޝައުގުވެރި ކަމެކެވެ. މިހާތަނަށް އަމިއްލަނަށް 400އަހަރާ "ކާސިނޮޖެނިކް އެޖެންޓްސް" ހޯދިފައިވާއިރު، އެކަމާ
ބެހޭގޮތުން ކަމެއްގައި ވިދާޅުވަނީ: "ފިޒިޝަންނުންނަށް ކުރިމަތިވާ ކެންސަރުތަކުގެ ތަޖުރިބާ އެއް އިންސާނުތަކަށްވުރެ މަދު
ކެންސަރުތަކެއް، ހަމަ ކާސިނޮޖެނިކް ނުވަތަ ކާސިނޮޖެނިކް އެއްޗެހިގެން، ފާހަގަކުރެވޭ ކެންސަރުތަކެވެ" (ބ. .(390

މިކަމާ ދެކޮޅަށް އަޅުގަނޑުމެންނަށް މިހާރުވެސް ފެނިގެންވަނީ "އާދައިގެ' (ގުދުރަތީ ނޫން) ކާނާ އެއް ކާސެއްއަށްގައި ކެންސަރު ނަތީ
100މަސްތަކުގެ ތެރެއިން 80މަސްގައި އަދި އަނެއް ހާލަތެއްގައި 198މަސްތަކުގެ ތެރެއިން 150މަސްތަކުގައި ބިއްމަތު
ކުރިއެރުމާ ގުޅެވެ. އެ ކާނާގެ ބަދަލުގައި ހަނިކުރުމަށް އެ 150ބިއްމަތު 38އަށް ދަށްވި؛ އޭގެ ރޭޝަން ކުރުމަށް މުޅި ގައުމުތަކުގެ
މުދުގައި ކެންސަރު ޖެހުމުގެ ފުރުސަތު ވަރަށް ބޮޑަށް ހުއްޓިވައި، އޭގެ ބަދަލުގައި ގުދުރަތީ ކާނާ ދީބަޔަށް ކެންސަރު އުފެދުން އެއްކޮށް
ހުއްޓުވުމަށް މަގުފަހިވި އެވެ އޭނާގެ ވަގުތު އެހެން ހުރިހާ ކާސިނޮޖެނިކް ބާކީރު ތަހުލީލުތަކުގައި ހޯދާކުރި ވަގުތު އޭގެ ބަދަލުގައި
ކެންސަރަށް މުދުވެރިވާ ހަމައެކަނި ސަބަބު ކަމަށްވާ ގޮސް ނިއުޓްރިޝަން އޭނާގެ އެހެން ކާސިނޮޖެނިކް ކަންތައްތަކުގެ ތެރޭގައި
ބަހައްޓާފަ ވެސް އޭނާ ތައްޔާރުކޮށް ނޫނެވެ.

އަދިވެސް މެޑިސިންގެ ސިޔާސަތުގެ ސަބަބުން އިންޑަސްޓްރިއަލިސްޓް، އޭނާ ލިޔުއްވައި (ބ. :(43

"އެއީ އާރސެނިކްއެވެ، ނުވަތަ ޖެނެރަލް ކަމަށް ބުނާކަށް ގޮތެއްގަނެގަތަށް ނުޖެހޭނެ، އޭނާ ނަމަ."
މިއަދު އަޅުގަނޑުމެންނަށް ލިއުބެލި، ކެންސަރު ސިޔާސަތު ބޭނުންކޮށް އަޅުގަނޑުމެންނަށް އެނގޭ ގޮތަށް ހުރިހާ ހަލުވިކަމެއް އެއްކޮށް،
އެ ސިޔާސަތުގެ މެޑިސިންގެ ސިޔާސަތުގެ ބަދަލުގައި ފުރުޞަތު ދެވިދާނެ. ފަހަރެއްގައި ކުރިއަށް އޮތް އަހަރުތަކުގައި މިކަން ކުރެވިދާނެ
ކަމަށާއި، އަޅުގަނޑުމެން މިހާ ޒިޔާ ދުވަހު ލުއިންވެފައި ތިބީ ޕޮއިލިސްޓިކް އަޅުގަނޑުމެން ސިޔާދު އުފެއްދުން ކަމަށެވެ. މިދުވަސްވަރު،
އަޅުގަނޑުމެން ކުރީކަން އެބަ މިބަޔަށް އުނގެނުމުން ހުއްޓުމުގެ ކުރިއެރުން ހުރައެވެ." އެކަމަކު އަޅުގަނޑު ފާހަގަކުރަންވާން
އާރސެނިކުރަން މިބަޔަކީ އާރސެނިކްއެއްވެސް، ޖެނެރަލްވެސް ބޭނުން ނުވާކަން. ކަމެއްގިއަށް ފުރުސަތު އޭނާގެ ލޯބިކުރި
ބައްޔަށް ނުކުމެ، ހިނދުކޮޅަކަށް އޭގެ ވިޔުނު ހަނދާން ނައްތާލުމަށް، އޭނާގެ ފޮ އަމާޒުކުރުމަށް ކަމެކެވެ

ތަރިތަކާއި، އިރުއާއި، ހަނދާއި، ގަސްތަކާއި، މާތައް، އުމުރުންގެ ސިއްރުތަކުގެ ތެރެއަށް ނަފްސާނީ ގޮތުން ފިނިއިގެތުމަކާއި، މުޅި ދުނިޔެ އެނބުރިސް ދިޔަ ސިފަ ގަވާއިދުއްގެއިކަން ދަށުގައެވެމަށެވެ. އެ ދުނިޔެ ހަލާކުކޮށް، އޭގެ ބަދަލުގައި އާންގެ އަމިއްލަ ދުނިޔެ ބިނާކުރާނެ އެއްވެސް ސައިންސްވެރިއަކަށް ހުއްޓުވޭ؟ ސައިންސްވެރިން އެ ދިރިހުރި، އެ ހަރަކާތްތެރި ދުނިޔެ ހަލާކުކޮށް، އިންސާނުއްދަތަށް ހުރަހަކަނީ އުމުރުންގެ އަމިއްލަ ބިނާއުގެ ދުނިޔެތައް، އުމުރުންގެ ރޫހި، އުމުރުންގެ އަމިން އެސިޔޭ، އުމުރުންގެ އާބިޔާތް ވިބަމިނަސް އަދި އުމުރުންގެ ސިޔާސީބިލް ޤާނޫނުތަކުންނެވެ. މި ސަފްހާތަށް ކިޔުމަށްފަހުވެސް ސައިންސްވެރިން ދުނިޔޭގެ ޖަބިއަތުގެ ހުކުމަތުގެވެރި މަރުކަޒީ އުމުރުންގެ އަމިއްލަ އިލްމު ބަހައްޓަނީ އެންމެ ޝައުޤުވެރި ކަމުކަވެ.

އިތުރަށް ކައުނުގެ ވަނީ އަމިއްލައަށް މުޅިކަރުނަށް ބިއުމަރުތަށް ގެއްލިގެން ދާ ވަރަށް ހިނގަ ކާސްތަށް ގުނާ ފާރުއީ އެންމެ ފަހުން ތިރިގައިވާ ނިންމުންތަށް ނިންމަވާފައެވެ (ބ. :(545

1."ބައެއް ވަރަށް ކުދި ފްރަގްމަންޓު ކުންސަރުތަށް ދުރުގެ ދުރުގައިން ބާގެތި ކުންސަރުތަކުން ފެންނަން ހުރެއެވެ."
އުރަމަތި، ފްރޮސްޓިބިތް އަދި ރޮނިވުމުގައި ހުރިހަ އަރަދުތަކެވެ. މީގެ ތެރެއިން ޔަހަނި ތަރައްޗީ ނަވާ، އަހަރުތަކެއް ވަނދުން ފޮރުވިފައި ހުންނަ ނުވަތަ އަމިއްލައަށް މުޅިން ފަހަތަށް ޖެހޭ އަށްކޮކެވެ.

2."އާންމުކޮށް ވަގުތީ ގޮތުން ރަނގަޅަށް ތަރައްޕީވެފައިވާ ކުންސަރުތަކުގެ ސައިޒަށް އަންނަ ބަދަލުތަށް މަދުން ނަމަވެސް ފެންނަން ނެތެވެ. މިކަންކަން ގެނުވާނީ މުލިގްނަންޓް ސެލްތަކާއި ސްޓްރޯމާގެ ވާރިއުމްއަށް އަސަރުކުރާ އެތައް ކަމެއްގެ އޮޕަރޭޝަނުގެ ސަބަބުންނެވެ."

3."ސާފު ސަބަބެއް ނެތި ދުރުގެ ދުރުގައިން މެޓާސްޓޭސިސް ބިއުމަރުގެ ބާވަތަށް ނުނަގާ ބަދަލުތަކެއް އަންނަނީ."

4."ގެއްލުން މައްސަލައިގެ ބައެއް މިސާލުތަށް ރުކޫގައި އެބަހުއްޓެވެ."
ކުޅޭނދިނުގެ ނިއުރޯބްލާސްޓޯމާ އެވެ. އޭގެ ތެރެއިން ބައެއް ސެލްތަކުގައި މިއީ ނޯނގޭ ސަބަބުތަކާހުރެ މުލިގްނަންޓު ސެލްތަކުގެ ފްރޭގްމެންޓޭޝަން ޖީންސިނޭޝަން އާއި ގުރިޓުއިވާ ކަމުކަވެ.

5."ކުންސަރުތަށް ފުރިހަމައަށް ރިގްރެޝަން ވުޅައިވާ މަދު ވިރިޓުއިޖެ ކޮސްމަކަށް ވަނީ...
ރިޓުއިވާ ފަރުވާއަށް ނިސްބަތް ނުކުރެވޭ ކަންތައްތަކަށް ބާރުއަރާފައިވެއެވެ.
ސާފުކޮށް ފެންނަ ގޮތުގައި ބައެއް ބާވަތުގެ މުޅިގްނަންޓް އިންފިލްއަށް މަދު ހާލަތްތަކުގައި ދުވިއާޚިރު ކަލް މެޓާސިޓިކް ތަކުން ކޮންޓްރޯލް ކުރެވިއްޖެ."

ބަލިމީހާގެ ނިއުޓްރިޝަނަލް އާދަތަކަށް ކޮންމެވެސް ވަގުތު އަދި ފުރަގެ ނުކުރެވޭ ބަދަލުއް ހުންނަމަ، ބިއުމަރުތަށް އަމިއްލައަށް ރިގްރެޝަން ވާ ސަބަބަކީ ކޮބައި ހެއްދުވޭ؟ ކާމިޔާބު ހޯދާ މީހުންނަށް ދެންނެވި އެންމެ ދުސްތުރުކަމަ

Machine Translated by Google

ކޮންސަރަން ފަރުވާ ދިނުން. ފުރަތަމަ ބިއުމަށް ޖެޖެންޓް ވެފައިވާ ކޮންތަކުން މަޖުބޫރު ކުރަން ޖެހޭއިރު، ދުން އަކުރުން އަކުރަށް ބަސްޖެހައިލާނެ މަރާމާތު ޖެހުނީ ގޮތުގައި ނިއުޒްޕޭޕަރތަކާއި ވެސް އަސްލު ކުޑަކުރުން މަދުކޮށްދެނީއެވެ. ކޮންމެހެން ބޭނުންވާ ހާލަތެއްގައި އާދައިގެ ސަލާމަތް ވެސް ވަކި މުއްދަތަކަށް ސެޓު ބަސްޖެހައިލާނުކަމުގެ ހާލަތެއްގައި ބަހައްޓާލާނީ އެވެ. ބިއުމަށް ސިޑިދިއުމަށްފަހު އެމީހުން ފަސޭހައިން އަލުން ކުރިޔަށް ބާރަށް އަނބުރާ ގެނައުން އެވެ.

ކުއްލި ކާނާ ތައްޔާރުކުރުމުގެ މަސައްކަތުގައި ހަރުދަނާ...
ޝީރު ވޭސްޓް ފުޑުތަކައި އަހަން އެއްޗެއް ނެތެވެ

އަޅުގަނޑުމެންނަން ކުރިންވެސް ފެނިފައިވާ ފަދައިން، އަސްލު ފިރިހެނުންނާ އުޅެނީ ހަމައެކަނި ޗީ ކާނާއިންނެވެ. ދުނިޔޭގައި ބޭނުންކުރާ ހުރިހާ ކުއްލި ކާނާއި ބްރެންޑްތަކާއި އަމާޒެއް ނެތި ގެއްލިގެންދާ އެއްޗެއްކަމެވެ.
އެކަމަކު ހަރުދަނާކުރާ ފައިސާ ބޭކާރުވެގެންދެއެވެ. ފުރަތަމަ ނަޖެހުން މި ބަސްފުޅު ގަބޫލުނުކުރާ ކަރަމީ ޗާތަކަށް ފެނިދާނެ ނަމަވެސް އެއީ ސާދާ ހަޤީގަތެއް، އެގޮ ހެއްކަކީ އަޅުގަނޑުމެންގެ އަމިއްލަ ތަޖުރިބާއިން ލިބިފައިވާ ބަހެކެވެ.

ފުދިއްސަރު އަޅުގަނޑުމެން ހިކުރީ އަޅުގަނޑުމެންނަށް އިތުރުކުރަން ޖެހޭ ކަމަށް
ކުއްލި ކާނާ ބޭނުންކުރުން މަދުކުރީ މިންވަރަށް ޗީ ނިއުޓްރިޝަންގެ ކުއްމުން އަޅުގަނޑުމެންނަށް ހާނިކާރަކާވާކަން ވަރަށް އަވަހަށް އެނގުނެވެ. ފުރަތަމަ ދުވަސްވަރު ހަރިހަނިހަން ލިބޭ ދިގުދުވަސްވަރު ގެއްލުންތަކަށް ހުރި ކުޑުމަތެރަކަށް ގޮތުރަތީ ކާނާއަށް ފޯވަރުކަން ބޭސް ޖީމްނެއް އާބް ހަމަވެސް، އެކްޗިވް ސައިތަކުގެ ތަސް ކޯލްފިކޭޝަނަކުން ގަހަވަނަތަކަށް ވެރުގައިދާކުރުން ގަހަވަނަތަކަށް އަމުން ޗިނާކުރުމެވެ.

އަހަރުމެންނަން ވެސް ހައިރާނުވީ، އަހަރުމެންގެ އަސްހުން ދަރިފުޅު އަނާހިބު ކުއި މަދު މިންވަރަކުން ކާއެއްޗެހި ކާއިގެންނެވެ.
ކާނާ ނުލިބުމުގެ ކުރިން ޗިރާކާއެއް މަންމަ އިބުރަކުން ކާން މަޖުބޫރު ކުރި ނަމަވެސް ކުއްޔާ އޮކަމަން ގަދައަޅައި ދޫކޮށް ހުއްޓުމެވެ.
މަޖުމޫޢުން އަޅުގަނޑުމެން ސާފުވީ، ޗީ ބްރަޒިލިން ހުރިހާ ޗާލާޖީއާއި ދަސްޖެހިކަމަކި އެންމެ މަޗީ ފެންވަރުގެ އިންތިޒާމަށް ކޮންސަންޓްރޭޓް ނިއުޓްރިޝަންތަކާއި، އެހެން ކަންކަމުން، އިގެ ތަރުއިން ވަރަށް މަދު މިންވަރަކުން އަޅުގަނޑުމެންގެ ޖީވަސީލުގެ ބޭނުންތަކަށް ފުރިހަމައަށް ފުދިއްޖެ އެއްޗެއްކަން. އެއީ ކަލޯ ކޮޅުއްޖަކަން ދުވަހުވެސް އާނާ ބޭނުންވާ ވަރަށް ވުރެ ގިނައިން ކުޅުމަން މަޖުބޫރުކުރުމެއް ނުވާނެ ސަބަބެވެ. ދުވާލަކު ޖޭބެއް ނުވަތަ ވޯލްނަޓްބެއްގައި މަސްތަކެއް ވަންނަން ދިނުމެއްވާމަނާ ވާހަކަ އޭގެ އިތުރުން ފަރިއްކާވެއް ނޫނެވެ.

ކުއްލިފައި ހުރިހާ މިހުންނަން ކުއްލިފައި ހުރިހާ ކުޑަކުދިންތަކުގެ ޖެހިލުމަތުތަކުގައި ދިގުލް ކުރުވާނީ، އެއީ އެ މަގުޖެހޭ ފުރިހަމަ މާނައިގައި އެއްވެސް ކާނާއެއް ނިކަމެތި އެވެ.

ގެސްކާސް ކާ ޖެނަރޭޓަރުތަކާއި އަންނައުކާވެސް ޑީސަ އަދަދަކަށް ކޮސްޓިން ބޭނުންކުރެއެވެ، ސަބަބަކީ ބޮޑު މިންވަރަކަށް
ކޮސްޓިން އަކާއިވިގެންވެސް ގެދަ ގެސްގާޑާގެ ހުންނެވެ؛ އޭގެއި ހިމެނޭ ހަފީ ނިއުޒިރައުންޑްސް ހުންނަނީ އަދި ދިމަދިމާލުގައި އަދި
ވަރަށް މަދު މިންވަރަކަށެވެ.

އެ ޖެނަރޭޓަރުގެކުން ދުވާލަކު އެބައް ފަހަރަކު ގޮހޮރު ހުސްކޮންޓްރޯލް، އާދައިގެ ތޮ ކާ ޖެނަރޭޓަރުގަކުން ދުވާލަކު އެންމެ ހަރަކާތްގެއްގެ
ބޭނުންތެރިކަން އިހުސާސް ކުރެވެއެވެ. މާބޮޑަށް ފެއްސާހަން ހުރުމާއި، ނަޖިހުގައި ހަޖަމު ނުކުރެވި ހުރި މާވާގެ ބާވަތްތަށް ހުރުމާއި،
ދުވާލަކު އެއްފަހަރަށް ވެރި ޕިނައިން ފޭސާއަށް ދާން ޖެހޭން ވެދާނެ މާޕިނއިން ކައުގެ އަލާމާތްތަކެއް ކަމަށާއި، މިއީ ހޯނު މޫސުމުގައި
ތޮ ކާ މީހާ ދުރުހުރިވާން ޖެހޭ ކަމެއްކަން ތަފީނެވެ. އަހަރެން އާންމުކޮށް ކާ މާވާގެ މިންވަރަކީ މާވާއަށް ލޮބިކުރާ އެއްވެސް ކައްކާ
ކާއެއްގެ ކައުމަކަށްވެރި ޕިނަ އަދަދެއް ނޫނެވެ. މިއަން އަޅުގަނޑު ދުވާލަކު ފުރިޖެހެއް ފުރިހަމަވާ ކާރުން ސަލަޓެއް އިތުރުކުރަން، މިއީ
ގުދުރަތީ ކާނާގެ ބާވަތްތައް މަދުވުމުން، ކައްކާ ހުރިހާ މީހުންގެ ކިބައިގައި ހުންނަ ނިއުޓްރިޝަންވެ ގޭޅި ބަންދުކުރުމަށް ޒިދުމަތްކުރާ
އެއްޗެކެވެ. މި ސާދާ ދަތުރުފަތުރުގައި، ހަމަގައިމުވެސް، އަޅުގަނޑު ކުރީގެ ނަމާފައިވާ ހުރިހާ ޖެޖެންޓްޓް ކާނާއަކުން ޖެހިގެން ނިމުނެވެ.

މުޅި ދުނިޔެ ކުރެއްވިއަކުން ހާފޮއިކުން އަދިސް ނިއުޓްރިޝަންގެ ގުދުރަތީ ގާޑްންތަކުގެ ގަބޫލްކޮށްފަނަމަ އެ ތަސްވީރަކު ކާބައި
ހުއްޓުވޭ؟ މާވާ އުފެއްދުން މިހާރުގެ ފެންވަރުގައި ހުއްޓަސް، ކާނާމީހަކުން ވެސް ދުވާލަކު ތަރުކާރީ ނުވަތަ ކާދީ ސޮފުގެ ފުރޮޓޯޓް
ފުރަމަން ފުރުސަތު ދިނުމަކަށްފަހު، މިގޮތަށް މުޅި ދުނިޔޭގެ ނިއުޓްރިޝަން ޖެހޭނެ ފުރިހަމައަށް ފުއްދައިދިނުމަށްފަހު، ޖެނަރޭޓަރުގެ
ހުރިހާ ކާނާއެއް ނޫދުވާ ސާފުކަސްއައުގެ ގޮތުގައި ދެމިއޮންނާނެއެވެ. ހަކުރު، ސައި، ކޮފީ، ކޯކް، ބަނގުރާ އަދި ބަނގުރާ ނޫން
ބުއިންތަކާއި، ދަންފަޅާއި، މާޖިރީގެ އިތުރުން މިއަދު ބޭނުންކުރާ ފެށުން އާއި ސިރިއަލްސްގެ ބޮޑު ބައެކެވެ.

މިހާރު ބަލާލާތީ، ކާނުމާއެކު، މި ހުރިހާ ޖެޖެންޓްޓް ކާނާއަކުން ވާދިގެ
އެއީ މިވަގުތު ދުނިޔޭގައި ކާން ސިއުމް ކުރާ އެއްޗެކެވެ. އެއީ، ހަފީގަތުގައި ޖީން ގެތަކަން ނަރުތަކޮފެއިވާ އެއްޗެކެވެ.

1.ހުއްޓަ ސްލިކެއްގެ ކާމްފިއުޓިންޓް ދަރުވުމުގެ ސަބަބުން، ދަ...
ހަފީ އިންސާނުން ލާޒިމުވެއިވެސް ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާއިން އުފެދިފައިވާ ވަކި އަދަދެއްގެ ފްރަސައިޓް ސްލިކެއް
ހުރުމަކީ، އޭނާގެ ގެނަވަންތަކާއި ނިޒާމުތަކުގެ އެންމެ ކުޑަމިނުން ދުވުހައްޓޫމަތަތަކެވެ.

2.ދޫގެ އިންސާނާ ކައުމަން އިންޓިހާއަން ޑީސަ އަދަދެއްގެ ޖެޖެންޓްޓް ކާނާ ކައުމެވެ.

3.އެ ފަރުދަކު އެކުލެވިގެންވާނީ ހަމައެކަނި އެއް ހިނގަނީގެކުން ކަމުގައި ވިޔަސް ނުވަތަ ދެ ހިނގަނީގެއްގެ ޖަމާޢަތެއް ކަމުގައި ވިޔަސް (އާންމުގެ ނިސްބަތުން ތުނިކަމުން ނުވަތަ ވަރުގަދަކަމުން އެނގޭ ގޮތުގައި) ކާނާގެ ތިޖާރަތެއްގެ ބައި، އެޖެންސީގެ ގޮތުގައި ޖަރާސީމަށް ވަށައި އަދި އެހެ ސަލާމަތުގެ އަސާސީޤާޢިދާ ފުވަރު އިން ބޭރުގައި ހުންނަ އެއްޗެއް، ފަސޭހައިން އަނދާ ހުރިވެ، އަދި ތަނަވަސްކަމުގެ ތަރުއިން ހިނގަނީގެން ނުކުމެގެންދާ އެއްޗެކެވެ. މިގޮތުން އިސްތިރާރު ކުރެވޭ ކާނާގެ މިންވަރު ހިމެނޭނީ ކޯޑެކްސްގެ ޖުމްލަ ކަރުމުގެ ވަރަށް ބޮޑު ބައެކެވެ.

ސުވާލުގެ އަސްލު ހިމާޔަތުގެ ކަމަށް ޚާއްޞަ ސަލާމަތުން ގުދުރަތީ ކާނާތަކުން ލިބޭ ހަކަތަގެ ބޮޑު ބައެއް ހޯދުމަކީ ދުގެ އިންސާނާގެ ކާނާތައް ފުލާލައި، ފޫގެ ތަރުއަށް ޖަހައިގަން، އޮމާންކަމާއެކު މަސައްކަތް ކުރުމަށް ދ ބޭރުކުރާ ގޮތަށްވާތަކުގެ ތަރުއިންނާއި ކައްކާ ކާނާގެ ސަބަބުން ކުރާ ގެއްލުންތަށް ހިނގަނީގެން ދުރުކުރުމަށެވެ. މިސާލަކަށް މުދި ދުނިޔެ ގެދުކާނީގެއްލުންތަކުގެ މަސައްކަތް ކުރުމުން، އެކްސްޕޯ ސަލާމަތަކަށް ކުޅަނބު އަރާމު ކުރުމުގެ ހަރުގު ލިބިގެންވެއެވެ؛ އާގ ބަދަލުގައި ދުވާލު ފަހިސް ވަންދުން އަނދުގައި ބޭސް ކުރުމަށް ދެގޭ ޗާމު ދަހިވެތިކަމާއެކު ހިނގަނީގެން ވައްދާލައިވާ އިތުރު ކުލާޓިސް ޖަރާސީމުން ބޭރުކަންތައްތަކެވެ.

މިގެ ކުރިން އަހަރެން ގެލޮޓެރީ އާއި މަހުގެ އެޖެންސީން އަން އާދައާ ހިލާފު މިންވަރަކަށް ދިފާއުވެ އެވެ. ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން މުދި އުމުރު ދުވަހު ނިދި ނުލިބުމުގެ ޝިކާރައަކަށް ވެފައި އޮތެވެ. ދުވަހަކުވެސް ރޯގަނޑު ދަންވަރު ކުރިން ނިދާފައި ނުވަތަ އެއްފަހަރަކު އިރުއަރާތަން ފެންނަ ވަރަށް އަވަހަށް ހޭލުމަށް ހަނދާންވެއް ނެތެވެ. ހަނދުމަ ޖެހޭގެ ހަމަރުގެ ޖަހަންދަނީ ހޭލާ ހުރެ އަނެއް ނުވަތަ ނުވައެއް ޖަހައިރު ބޭ ބަރުދާސްގެން ތަދުވަމުން ދިޔައީމެވެ. ނަސީބަކުން ލ-އިޓީންގ އޭޕީޒިޝަން ކުރުމުންފަހު އަހަރެންގެ ނިދި ނުލިބުން މުޅިން ނެތިގެން ދިޔަ ނަމަވެސް ދުވަހުކުވެސް ހަވީރު ބާޒު ފިނިރު އެއް ކާން މަސައްކަތް ކުރާނަމަ ފަހިސް ވަންދުން ހޮވާ ހުރުމަކީ އަހަރެންގެ މައްސަލަ ލާޒިމު ކަމެކެވެ. އުމުރުން 2 އަހަރުން ފެށިގެން އަހާލިމު ރޯގަނޑު ހޮވާލައިއް ނުވެއެވެ.

ކައްކާ ކާނާގައި ހިމެނޭ ވިޓަމިންތަކާއި ޚާންތަކަކީ ދޫގެ، މަރުލެއިވާ، ބެލެންސް ނުކުރުވޭ އަދި ގެއްލުން ހުރި އެއްޗެކެވެ. ކައްކާލައިވާ ކާނާއަކީ ބިސްކޯތުގެ ތަކެތި ފަލަހިގެން ގޮސްލައިވާ ތަކެއްޗާއި ގޭސް ތެޔޮ ފިޔަވައި އެހެން އެއްޗެއް ނޫނެވެ؛ މިފަދަ އިމާރާތްކުރުމުގެ ތަކެތިން އުފެދޭ ބަކަރު ސަލާމަތަކީ އާދައިގެ ސަލާމަތަކުން ނޭދެވޭ ބުރައެކެވެ. މިފަދަ ތަރުގެ ލިބޭ ހޫނުގަ މާބޮޑުކަން ގެއްލުން ހުރި ހުނު އެއްޗެކަން ވާއިރު، އެއިން އުފެދޭ ހަކަތަ (ވިޓަމިން އެސިޑް) ގަދަ މާބޮޑުކަން ބޭނުން ނުވާ އަދި ގަދު ނުތެޑު އެއްޗެކެވެ. މި ހަކަތައަކީ މަސައްކަތުގެ ދަށުން ބޭރުގައި ފުލުޖެހޭގެ ވީސްއެއްބަތް އަމާޒެއް ނެތި ހަރުކާތެރިވާ ހަކަތައެކެވެ؛ އެއީ ހިތަކު އާސްލު ދުވެލިގެ ދަމުނަވަން މަސައްކަތް ކުރުމަށް މަޖުބޫރު ކުރާ ކަމެކެވެ؛ އާދި

މުޅި ފުލްބްރައިޓްގެ މުޅިންމު މުޢާސިރުގޮތުގައި ވަރަށް ބޮޑުބޮޑު ބާރު ހުރި ކަންތައްތަކެއް އަސަރުކުރާނެ، އަދި ބަދަލުގައި އެމީހުން
ވަރުބަލިކަން، ބޭކާރު ގޮތުގައި ވަރުބަލިކުރުވައެވެ. ނަމަ ނުހިމެނޭ އަދި ގެއްލުން ހުރި އެއް މިސާލެވެ.

ލަފާ ނުދޭ ޢާއްމު ބަހުން ފަހަރުން މަދުކުރުމަށް ގޮތްތަކެއް އުނދަގޫތަކުން ވާނީ ކިހިނެއް ހުއްޓޭ؟ އެމީހުން ދުވާލަކު ކާނާ
ކެއުމުގައި ހުރިހާ ގޮތަކުން ފެށުމެއް ހުރަހެއް ނޭޅުއިރު، އަދި ނަމޫނާއެއްގެ ގޮތުން އެމީހުންގެ މަސް ކާނާގެ ޕްރޮޓީން ބޭސްތަކުގައި ވިޓަމިން ބީ،
އަލްމަސް، ކިރު، ހުނި، ފިޔާ، ދޮންކެޔޮ ފަދަ ކާނާގެ މުޅިއްޔު އަދި ވަރަށް ނިއުޓްރިޝަން ގަދަ ހިމެނޭ އެވެ. އެހެން ގޮތަކުން
ބަނގުރަ، އެމީހުން ފަރުވާ ހުރަސްއެޅުން މިހާރު ބަރުދަން ކުޑަކުރުން، އަނގަ އިތުރަށް ފަލަކަން، ބަލިކަށިކަން، އަދި މިހެން ވެފައިވުމުން އެހެނިހެން
ސިއްހަތަށް ވަރަށް ބޮޑަށް ގެއްލުން ލިބޭނެ. މިފަދަ ހާލަތްތަކުގައި ޖީނެޓިކް ފެއިލިއާ ކާނާ މަދުވުމުން ދެމޭ އިންސާނާއަށް އަދި
މާބޮޑަށް ތަފާތު ބައެއް ގެއްލުންތަކެއް، ގުދުރަތީ ކާނާ ހަނިކުރުމުން އާދައިގެ ސިފަތަކަށް އިނގިރޭސިން މުޅިން ބަދަލު
ނިޔުޓްރިއަންޓް މަދުކުރުމުގެ. ފަހު، އެއިން ދުވަހަކު، ދެތް މިހާ އަދި ބަދަލުގައި ސާފުޖެހިފައި ހުންނައިރު، ހަމަ މިހާ އެއަށް
ބޭނުން ފަހަފުޅުއެވެ.

އަމުގަޑުމުންނަން ބައްދަލުވެސް ހަމަހަމަވާ އަސަރުގެ ވަރަށް މަޖާ މިސާލެއް
ކޮންސަރަ ދިރާސާ ހަމަހަމަ ތަރައްގީ ޖައިޓް ހަރަކާތް. މި ސުވާލާ ބެޔަގްނޫ މަޝްވަރާ ހަމައަށްވަތަން ކައުޅޭރި ވިދާޅުވެސް: "ކާނާގެ
ދަތިކަމުގެ ސަބަބުން އުޅަނދުތަކުގެ ކޮންސަރު ޖެހޭ މީނަވަރު މަދުވެގެން މަސްތަކުގައި އޮވެރީގެ ހަރަކާތް ދަށްވުމާ ގުޅުން ހުރި ކަމުގެއްކަން
ފާހަގަކުރެވިއެވެ" (.po .cit. p. 398). އިތުރަށް އަހަރެމެން ބޭނުންވަނީ ކޮންކަމެއް ހުއްޓެވެ؟ މިޒާތުން އުޅަނދުތަކުގެ ކޮންސަރު
ޖެހުމަށް މެދުވެރިވާ ސަބަބު ވަނީ ހޯދިފައެވެ. މިހާރު ޢާއްމު ބަރުންނަން އާލި މަތީގެ ގުޅުންހުރި ކޮންސަރުން މުޅިން ސަލާމަތް
ކުރުމަށްޓަކައި އަނބުރާ އޮވެރީގެ ހަރަކާތް މުޅިން ހުއްޓުވުމެވެ.

އެކަމަކު ހަމަ ތަރައްގީވެފައިވާ ހަޔާތުގައި ވާހަކަގެ ފުށުއަރާކަން ސާދާ ބަރާބަރު އެބައޮތެވެ. ކުޅުނި ކައުމުގެ LIMITATION
THOUGHTLESSގެ ސަބަބުން ޖެހިލުމަން ކުރާ އިދިކޮޅު ދީ އަސަރެވެ. އަޅުގަނޑުމެން ޖީނެޓިކް ކާނާ ބަދަލުކުރުން
ހިފުމުން ކޮންސަރު އުފެދުން ހުއްޓުވައިރު އަނބުރާކޮށްން ގުދުރަތީ ކާނާ ކައުން މަދުކުރުން ބިސްކަނޑޭގެ އާދައިގެ ހަރަކާތްތަކަން
ހުރަސްއަޅައެވެ.

މޮޅުކަން ސައިންސް ފުރިހައިވެސް މިފަދަ ހިތާމަވެރި ފުރުއްޔަތުކަށްވަންނަވެ. ކާނުއިރަކު ކ
ވަކި ބައްދައް ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާގެ ގެއްލުން ހުރި ކަރަންޓްތައް އަމިއްލައަށް ދަމައިގަންނައިރު، ބަލިމީހާގެ ޖެހިލުމަން އެހެން
ކޮންމެވެސް ބައްދަކުން ބައެއް ދިޔާއި ބޭރު ލިބެއެވެ. މިސާލަކަށް ހަކުރުބަލީގެ ޝިފާކުރައްވަނީވާ މީހުން،

އާތިރޯސްކްލެރޯސިސް އާއި ވަކި އިންފެކްޝަން ބަލިތަކުގައި ކެންސަރަށް ފަސޭހަވުން މަދުވެއެވެ. ކެންސަރުން ރައްކާތެރިވުމަށް ކަމަށް ބެލެވޭ އާއި ބެކްޓީރިއާގެ ނުފޫޒަށް މިހުރި ވައްތަރުގެ ގޮތުން ވެސް ގޮސް ތަޣުޒިޔާތަކުން ކޮންމެހެން އެވެ.

ހަމަ މިކަން ކުރަ މިންވަރަކަށް ވެކްސިން ދިނުމުގެ ތަރުތީބު ހިސާބުން، ބައްޔަށްގެ މަޤްޞަދަކަށް އުފެއްދުމުގެ ސަބަބުން ކުރިން ފަހުން ބޭނުން ކުރެވޭ ރައްކާތެރިކަން ރައްކާތެރިވާ އެވެ. ގުދުރަތީ ގޮތުން ތަކެތިން ސިއްހަތު ރައްކާތެރި ކުރަން ފިޔަވަޅުތައް ހިންގާ ހިސާބުން މިފަދަ ގުދުރަތީ ނުން ފިހާވަޅުތަކަށް އަވަސް ނުވެއްޖެ ކަމަށާއި، މައްސަލަ ކުރިން ނުރައްކާތެރި ވެކްސިން ތަކުން މިނިވަންވެ، ވެކްސިން ދިނުން ތާއީދުކުރަން ފާއިތުވެދާނެ ކަމަށެވެ.

ތަޖުރިބާތަކުން ދެއްކާ ގޮތުގައި އެއްފަހަރު ދޫކުރާ މިޤްދާރަކަށް ގޮވާލައިގެ އެވެ
ވަޒަނުގައި ހުރިހާ ފަރާތްތަކުން ބަލައިގެން ދިން ބަލިތައް ރައްކާތެރިކުރުމަށް 10-15 ފީސަދު ބަލިތައް ފިރިހެނުން ދިޔައީ ރަނގަޅު ނަތީޖާތަކެކެވެ. މި ބަލިތައް ހިމެނޭ ފާހަގަކުރެވޭ ބައެއް ވެކްސިން ވެސް މި ވެކްސިންތައް ހުރިހާ މުސްލިމުން ފެންނަ އެވެ. މި ގަނަވާރަން ކާނާގެ ބާވަތް ބަހައްޓާ ގޮތަކުން ބޭނުން ކުރާ ރަނގަޅު ސާފުތާހިރު ކަމާބެހޭ ހިއްސާ ގަތް ފަހު ބިރުވެރި ވުމާ ސަމާލުކަން ދެއްވާށެވެ. އަހަރުތަކުގެ ފަހުގެ ހުކުމްތަކުން ހުރިހާ ގައުމީ ތާރީހީ ކޮންސެޕްޓްތަކުން ދުޅަހެޔޮ ކަމާ ސަލާމަތާއި ޢިބާދަތްތަކުގެ އެއްބައިވަންތަ ކަން ތަފާސް ތަފާތު ކަމުގެ ސަބަބުތައް ފެތުރުމަށް ދަނޑިވަޅު ދަތިކަމަކަށް ވެފައިވާ ފަރާތްތަކަށް ހުރިހާ އުމުރެއްގެ ފަރާތްތަކުން ވަނީ ގޮތާތަކެވެ. އަހަރެން ޑޮކްޓަރުން ވެސް ބިލިޔަނަކަށް ވުރެ ބޮޑު އަދަދެއް -
އިންސާނުން ބާނާ އަދި ބަލި ހިނގާފައިވާ ގޮތަކީ އެއްބަސް ވެ އެވެ.

ސަޤާފަތް އެކިއެކި ގޮތްގޮތުގައި ތަރުތީބު އެކުލެވޭ ސަޤާފަތްތަކާ ގުޅުން ހުރި އެކި ބާވަތްތަކެއް ހުރެއެވެ، އެކަމަކު ދުނިޔެ މިހާރު ފެށިފައިވަނީ ހަމަ ހާލަތެއްގައެވެ.
ދެން ކިތައް ކުރާއިން ނަތީޖާ ޖެހެން ދުވަހަކު ގުޅުވާލުމަށް ތަރުތީބު އެކުލެވޭ ބަދަލުތައް އެކި ބާވަތްތަކުން ބެލުމުގެ، އެ އެކީގައި އަބަދުވެސް ސަޤާފީ އަހަރެން ދެކެމެވެ.

ދުރު މާދަމާގެ ވިޔަފާރި ތަރައްޤީ ކުރުމަށް ފެނަޅާ ދިނުމުގެ ފާލަން ނުކުތުން ގުޅުވާލާށެވެ. އެހީތެރިވުމުގެ ކުރިޔަށް
in ambush, ހަމަ ހުރިހާ ގައުމެއްގެ ދުވަހަކީ ތިމަންނާ އުޅޭ ތަނެވެ. އެހީތެރިކަން ދޭ ކުދިން ތަފާތު ކުރެވޭ ޚާއްސަ ޖަމާޢަތްތަކުން ކުރިއަށް ނެރެދިނުމަށް ސަރުކާރުން އެދެއެވެ.
ހިނގަމުންދާ ބަދަލުތަކުގެ ވިސްނުމުގެ ތަރުތީބުތަކާ ގުޅޭ ގޮތުން ހުރިހާ ފަރާތްތަކުން މިއަދު ހޯދުމަށް ދިވެހިން ކަމެއްގެ ޖަވާބުގެ ތެރޭގައި ގެއްލިފައިވާ ތަކެތި، ދަރިވަރުން ހޯދުމަށް ބާރު ލެވޭނެ ތަރުޖަމާނުންނާ ތަފާތު ތަނެއް ހުރެއެވެ. ދުރު އިނގިރޭސި ބަހަކުން ގޮތްތަކުގެ އުސޫލުތަކުގެ މައްޗަށް ދެމި ހުރުމަށް އަމާޒުކުރާނެ ވަގުތު ފަރާތަށް ހުރި ތަޢުލީމީ ކަމާބެހޭ އިރުޝާދުތަކެވެ. ދުރު އިންސާނުން ފެށިގެން، ދެވަނަ ސަރަހައްދުގައި ދިރިއުޅެމުން، ހަމަ އިންސާނުންގެ ބަހުރުވަތަކުގެ ޖާގަ ދެމެހެއްޓުމަށް ތަރުތީބު ދިނުމަށް އަމާޒު ހިފަނީ ތަރުޖަމާނުންގެ ބޭނުމެވެ.

އެ ބޭކާރު މަސްތަކުގެ ޖަމާއަތްތަކުން ސަލާމަތްވުމަށްފަހު، ކުރިން ހަރިގަނޑު 40-50ކިލޯގެ ބަލި ޝަރުތުތައް ލިބޭކަން،
ސަޕްލިމެންޓްގެ އެހީތެރިކަމެއް ނެތި އެއް ފުށަހަރު މަޑުއްކަން އަރައި ނުލާފުން ދިޔައިން މިޔަރު އިސްތިހާރުގަނޑެއް އެންމެބޮޑުމެއް ނެތި
ފަރުބަދަތަކަން ދެވިވޭނެއެވެ. އެފަދަ ޗިހަކު ދުވަހަކުވެސް އޭނާގެ ބަރުދަން ހަލުވިކަމާއިކު ދަތުރުވުމުން ކަންބޮޑުވެގެން ނުވާނެއެވެ؛ އެއާ
ޚިލާފުން އޭނާ އެކަމާ އުފާކުރަން ޖެހެއެވެ. ބޮޑުތިރިޔަ ދިޔަކު އޭނާގެ ހަރިގަނޑުގައި ހުރި ބޭކާރު މަހުގެ އެންމެ ދަނޑުއައް ވެސް
ތަރައްގީކުރުމުގެ ނުވާނެއެވެ. ކުރުކޮށް ބުނާނަމަ، އޭނާގެ ފުރަން ކޮންމެ ދިޔަކުވެސް ވިސްނުންޖެހޭނީ، ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާގެ
ކޮންމެ ކޮޅެއް އޭނާގެ ހަރިގަނޑަށް ތައާރަފްކުރުމުން، އޭނާގެ ނަފްސަތު ނެތް ދުޝްމަނުން، އޭނާގެ ކުތުތެރި ޖަލާލީއަށް ކާނާ
ފުރުކޮންދެއެވެ؛ އޭނާ ދަމަހައްޓަނީ އެނގޭ އަދި ނޭނގޭ ހުރި ބަލިތަކެއް؛ އޭނާގެ އަމިއްލަ މަރަން މަގުފުރިކޮންދެއެވެ.

ކައްކާފައި ކާ މީހުންގެ ނަޖިހުގައި ތަނަވަސް ސިއްހަތުގެ ހުރުމަތްބަކައި ތަނަވަސްކަން ކާން ޖެހެއެވެ. އޭނާގެ ނަޖިހުގައި
ހުސްބަނޑުގެ މާނައަކީ ބަނޑުހަވީލުވުމާ ހަރިގަނޑުކަމާ. ބަނޑު ފުރިފައިވާ މީހާއަކީ ހައިގަނޑުގައިވެސް ބަލި މީހުންކަން އޭނާއަކަށް
ނޭނގެއެވެ. އޭނާގެ ބަނޑަކީ އުނދަގޫވުން ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާތައް އެކަކިގެނާ ވަގުތުގައި ބޮޑުކުރުމަށެވެ. އަނެއްކާވެސް ތި ކާ
މީހާގެ ބަނޑު އަބަދުވެސް ހުސްވެފައި ނުވަތަ ކާނާގެ ގޮތައްވިޔަސް އެހާ ޚާއިޞްވާގައި ހުރުމުން އެތަންގައި އެއްވެސް އެއްޗެއް ހުރިކަން
އިހުސާސް ނުކުރެވެއެވެ. އޭނާގެ ގޮހޮރު ފުރިހަމަކަން އިހުސާސް ކުރެވޭނީ، އެއީ އޭނާ ކައި ކާނާ ވަގުތުން ބަދަލުވާ ތަނެވެ. އިތުރު
ކާނާ ވެސް އޭނާގެ ބަނޑުގައި ޖާގަ ދެވޭ ނުކުރެވެއެވެ؛ އެއީ އަވަހަށް ގޮހޮރަށް ވަދެ، ހަޖަމްކުރަން ނުވަތަ ހަޖަމް ނުކުރެ، ޖެހޭސިފަތަކަށް
އޭނާގެ ކުޑަ ގެއްލުމެއް ނެތި ހަރިގަނޑުން ނުކުމެގެންދާ އެއްޗެކެވެ.

އެހެންކަމުން ދުވަހަކުވެސް ތި-
ކާ މީހެކެވެ. މާދަމައިން ކާނާ ބޮޑުވެރިކަމާ ގުޅޭ ދަތުރުގައި ގޭސްޓިގެ އުފެދުންތަކެއް ނަމަވެސް އާނމު މަގުން ހަރިގަނޑުން ނުކުތުމަކަށް
ފަސޭހަ އެވެ. ތި ކާ މީހާއަކީ ނިޔުޓްރިޝަންގެ ދެ ނިޔަމުގެ ތަފާތު މާ ސާފުކޮށް ފެންނަނީ މަގު މަސްތޮގެއް ވަންދެން
ދެނިކެރިވެމުގެ ބަނޑުގެ ތަނަވަސްގެ ކެއުމާއި ކެއުމުގެ ކަމުގެ މަސައްކަތް ކުރެވެނެވެ. އެހާ ބޮޑުކަނި އަދި ނިކަމެތި ވެފިދާއި ދުވަހަކުވެސް
ދަމައިގެން، އެ ނަފްސަތު އުދަގޫ ދިރިއުޅުމުގެ ވައްޓާފަދާ މާދައިގެ ކަމުގެ ގޮތުގައި ދުލުގެން ދިރިއުޅޭ ކިބައިންނަށް އޭނާ ސަލާމަތު އުޅަގަ
ވަގުތުވެ.

ދަ މެޑިސިން އޮފް ދަ ކުކްޑެ-އިޕަރ އަޔާ އެންޓިޕްރިންސިޕަލްސް
އެރަނިއަސް ސަޔިންސް

އަޅުގަނޑުމެންނަށް ފެނުނު ގޮތުގައި ބަލިމަޑު އުފެދުނީ އިންސާނީ ފުށްބީގެ އިންޓެގްރޭޝަން ނެ މެޓީރިއަލްސް
ނަރުތަކާފުޅުމެންނެވެ. އެހެންކަމުން ސިއްހަތު ރަނގަޅު ކުރުވުނީ އެ ތަކެތީގެ އިންޓެގްރިޓީ އަލުން އާލާވެގެންނެވެ. އެކަމަކު މިޒަމާނުގެ
މެޑިކަލް ސައިންސުގެ މުޅި ހަރަކާތުގެ އަސާސަކީ ކޮބައި ހެއްދެވީ؟ ޗޮކްބަރުން ކުރާ ކަމަކީ ސިޔާ ކޮން ކަމެއް ހެއްދެވީ؟ އެމީހުން އެ
ނަޒަރިއްޔާތަކަން އަލުން ހުށަހަން ކުރާ ބޭކާރު މަސައްކަތްތަކަކީ ޖެނެރޭޓިވް ކާނާއި އާބިދުޝަރާ ވިޒަމިންތަކާއި ވޭނުތަކާއި
ހުރިހާތަކާއި ވިޔަ ކޮންޓްރޯލްކުރުމުގެ ތަރުއްޖު ހިނގަ އަދަދުތަކެއް ވިޔަ ކޮންޓްރޯލްކުރުމުގެ އެހީގައި ގޮތުގައި ނޫނީ މެޑިކަލް ތަކެއް
ތޫލުގެން ދިއުމުގެ ނަތީޖާއެވެ.

ހުރިހާ އިންސާނުންނެވެސް އުފެދިގެން ބީރުވެރި ޖަރީމާތަކުގެ ޝަރީޢަތުގައެވެ. މި ނަޒަރިއްޔާއި...
ކައްކާފައި ހުންނަ ޖިހުން، ކައްކާ އެއްޗެހި ބޭނުންކުރުމަކީ ކަމެއް ކަމުގައި ވާއިރު، މެޑިކަލްގެ ޑޮކްޓަރުންތަކުން ކާނާ
ލިބުމަކީ ތަޤުރީބާއެއް، އަދި އެކަމުގައި ނުރައްކާތެރި ތަޤުރީބާއެކެވެ. ހަމަގައިމުވެސް ފިހުރުނުން ބޭނުން ނަމަވެސް ޑޮކްޓަރުން
އުފެދިފައިވާ PERFECT BALANCEނަރުތަކާފައިވާއިރު، އެތައް ހާސް އަހަރެއް ވަންދެން ކައްކާ ކާނާއި އާބިދުޝަރާ
ތައްޔާރީތަކާއި ވިޔަ މައްދާތަކުގެ އެހީގައި އާ ބަލިތަށް އަމިއްލަ ބަލިތަށް ހުރުމަށް ސަލަސްލަށް އެކްސްޓްރީމްތަށް
ހަދަމުންދެއެވެ. އެ ތަޤުރީބާތަކުގެ ވަގުތީ ނަތީޖާއަކީ މިއަދު ދުނިޔޭގައި ފެތުރިފައިވާ އެތައް ބަލިތަކެވެ.

އަޅުގަނޑު ކޮ-އިޑިންޓީ އެޑްވޭޒް ކުރުމަށް މިހުންނަން ދައްވަތު ދޭއިރު، އަޅުގަނޑު އާ ތަޤުރީބާއެއް ހުށަހަޅާލައްވަން ނިވެއެވެ. އެއާ
ޒިލާފުން އަބަދުވެސް ކުރިއަށްދާ މުޖުތަމަޢު ތަޤުރީބާތަކަށް ހުއްޓުވައި، ޑޮކްޓަރު ދިރިއުޅުމުގެ ވައްޓަފާޅިއަށް އެނބުރި ދިއުމަށް އަޅުގަނޑު
އިލްތިމާސް ކުރަމެވެ.

އެހެންކަމުން، އޭނާއަށް ޙައްޤު ވިސްނުމުން އެއްލިބާވޭފައިވާ މިހެއް ނޫން ކަމުގައިވާނަމަ، އެ "އާ ތަޤުރީބާ" އެހެން މިހުން
ކުރިއަށް ގެންދިއުމަށް މަޖާކުން، ނަތީޖާ އޭނާއަށް އަންގާކަށް ކިތުންތެރިއާ މަޖޫރުގެން ނުވާނެއެވެ. އޭނާގެ ނުރައްކާތެރި
ތަޤުރީބާތައް ވަގުތުން ހުއްޓުވައި އާންމު ދިރިއުޅުމުގެ ވައްޓަފާޅިއަށް އެނބުރެން ޖެހޭ އެވެ.

އެ ހުރިހާ ތަޤުރީބާތަކެއްގެ ފައިނަލް ޑްރާމަކޮޓްސް، މާސްޓަރ ޕީސްތަކުގެ...
އިންސާނާގެ ރިސާލަތު ފެށޭބިރިތަކަކީ، ސައިންސްވެރިން ދުނިޔެއަށް ކާރފާނު ބޭނުންވާ ގިނަ ޚާއި ދިޔައީ ޖަޒުބާތުތަކާ ކަމުގައި ވާއިރު،
ޑޮކްޓަރުގެ ފެށޭބިރިގެ މާސްޓަރޕީސްތަކަކީ ހަނދުމާއި ވެލާނަޑު އަދި އާޖާވެ. އަޅުގަނޑުމެން އެންމެންވެސް މިދުނިޔެ ދެމިހުރުމުގެ
ތެރެއިން ޒިޔާރަތްކުރަން ޖެހޭއެވެ. ކައްކާ ހުރިހާ ކާނާއި ވެސް އާބިދުޝަރާ މައްދާތަކެކެވެ

އެމީހުންގެ ގުދުރަތީ ސިފަތަކުން މަހްރޫމްވެފައިވެއެވެ. އެއީ ފުޅާދާއިރާއެއްގައި އިސްތިހާރު ކުރާ ވިޔަފާރިން ޖެހޭލުޖެހޭކަމާއި ކާބޯތަކެތީގެ އެކްސްޕޯޓްކުރާކަމާ އެއްވަރަށް ނިއުޓްރިޝަން ފެލިއު އެކުލެވޭ އެއްޗެކެވެ.

ރިޕޯޓުތަކީގެ ވައްތަރުތަކަށް ޕީނަ، ޒޫބެރުންފެސް، ހާސްޕިޓަލްފެސް އަދި ބޭސްފުރާރަތައްފެސް ނަތީޖާ، އަދިވެސް އިންސާނާގެ ބަލިމުގެ ދަރުގައިވާ ތަންތަން ފިޔަވައި، ބަލިތަކުން ބޭނުމާނަބާ، އެމީހުންގެ ޕީސްމާނީ އުމުރާ ދިމާވާ ރަނގަޅު އުމުރާ ފުރިހަމަކުރެއެވެ ލޮނޑަން އަސާސީތަކުގައި، މަދު ދުވަހުން ފުރިހަމަ އެތައް ސަތޭކަ އަހަރާ ހަމައަށް ތަފާތުވެއެވެ. އޯސާގެ ހާލަތުގެ ފުރިހަމަ އާލަތުގެ ސަލަބަން އިންސާނާ މި ބިމުގައިވާ އެހެން މަހްލޫޤާތުންވުރެ ދިގު އަދި ދުވަހުގެ ޒަމާނެއް ލިބެން ޖެހެއެވެ. ފުރިހަމައަށް ރޭ ކެއުމެއް ނެތް ނަމަވެސް، ހަމައެކަނި ކާބޯތަކެތި އިންތިހާއަށް ގެއްލުން ނުލިބޭ ހާލަތުތަކެއް ހުއްޓުން ފިޔަހުދުންނަން 150-180އަހަރު ފުރާވަރުގެ ހާލަތްތަކެއް ލިޔެވިފައިވެއެވެ. ޕީނަ މީހުންގެ ދިރިއުޅުން މަދުވެދާނެ ވެސް އެމީހުންގެ ދިރިއުޅުމުގެ ވައްޓަފާއިދާ ކުރުން ގެސްލުވެފައިވާ ކަމުގެ ސަބަބު އިސްތިޢާރާތަކެވެ ޖަނަވާރުތަކަށް ޕީނައިން ކާނި ގަސްގަހާގެހި ފަދަ ފަލްތަކާއި ފަލްތަކުންނެވެ. އިންސާނުންގެ އަލްމާނީގައި، އެ ގަސްގަހާގެހިތަކުގެ ފަލާއި ފަލްތަކާއި، ގަސްގަހާގެހިތަކާއި ޗޮފުތަކުގެ ތެޔޮއިން ފާއިތުވެގެން ދާނެ، އެ ގަސްގަހާގެހިތަކުގެ އާދާއި މަލާތަކުގައި އެއްވެފައިވާ އެންމެ މަތީ ފެންވަރުގެ އެންމެ ސިއްހަތަށް ފައިދާހުރި އަދި އެންމެ ޕީނައިން އެކުލެވިގެންވާ ނިއުޓްރިއެންޓްތައް ހުރެއެވެ.

ބަރާބަރު ސްޓެޓިސްޓިކުތަކަށް ބަލާއިރު މަގުން އެއްރިޕޯޓް، ތަޖުރިބާތައް ކެރިއަރން ގެންދަނީ ގެސް ތަންތަނުގައި ކަމަށް ގަބޫލުކުރާ ވަގުތު މިފަދަ އަދިސޭފެއެވެ. މީގެ އިތުރުން، ގުދުރަތީ ނިއުޓްރިޝަން ކޮންސަޓީޓިއުޝަންތަކުގައި ހުންނަ ގައުމުތަކަށް އާޓިފިޝަލް ތަރައްގީތަކުން ފުޅާއުނދަން ނުކުރުވާނެ ކަމަށް އެމީހުން ދިއުމީރާފުވާން ޖެހޭ އެވެ؛ އެކު ގުނަވަންތަކުގެ ޖީޖެނެރޭޝަންތަކަށް އަލުން ގެނައުމުގެ ގާބިލުކަން ވިޔަތަކުގައި ނެތްކަން؛ އަހަރުމެންގެ ގުނަވަންތަކާއި ގުޅުންޖެހިތަކަށް އަހަރުމެންގެ ހަށިގަނޑުގެ ވަކިންކުރެވޭ ބައިތަކެއް ކަމާއި އެހެންކަމުން އެތަންތަން ކަނޑާލައި ނުވަތަ ނަގައިގެން ނުވާނެ ކަމެވެ. މިއަދު އަޅުގަނޑު އެމީހުންނަށް ދައްކަމުން މިދަނީ އިންސާނާގެ ހަށިގަނޑަށް ހުރިހާ ބަލިތަކުން ސަލާމަތްވުމަށް ބޭނުންވާ ވަރަށް ސާދާ ފެށުނު ގޮތެވެ. އެއީ ހަށިގަނޑުގެ ބަލިވެފައިވާ އަދި ބޭކާރު ސެލްތައް ނައްޓާލުމާއި، ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާގެ ސަޕްލައި ކަނޑާލައި، އެ ސެލްތަކުގެ ބަދަލުގައި ގުދުރަތީ ނިއުޓްރިޝަންތަކުން އުފައްދާ ސިއްހަތު ފައިދާހުރި ސެލްތައް ބޭނުންކުރުމެވެ. އަޅުގަނޑު ބުނާ ޖީވަތަކުގެ ބެހެއްޓުން ފުރިހަމަކަން ގެއްލުވާ ބަދަލު ކުރުމަކީ، އެމީހުންނަށް ބޭނުންވާ ހަމައެކަނި މަގު މަސައްކަތެވެ.

ޑޮކްޓަރުންނާއި ބައްދަލުވުމުގެ ސްޓެޕްގެ އަމާޒަކީ ވާންޖެހޭ ކޯންޓެކްސްޓްގައެވެ، މިހިސާބުން ކުރުން ނޫންނަމަ
އިންސާނުންގެ ބަލިމަޑުކަން ހުއްޓުވޭތޯ؟ ނޫ ކުއްލިޔާ އާ އަމާޒަށް ވާސިލްވުމަށް އެއް މަގެވެ.

އޮޕަރޭޝަން ވަގުތުން އިއްތިހާދު ކުރަން ޖެހޭނީ އޮޕަރޭޝަން، ހަކީގަތުގައި، ކ
ބަލިމީހުން އެއްކިބާވެފައިވާ ދުނިޔެއެވެ. އޮޕަރޭޝަނުގެ އަމިއްލަ ހިސާބުކުރެވޭ ގޮތުގެ ތެރޭގައި ކުރާ ހިސާބުކުރެވޭނެ ޗާޓް
ހިސާބުކުރެވޭނެ ސާފުކޮށްދޭން ޖެހޭތީވެ، އަދި މުޅި ދުނިޔޭގައި ތަ ކާ މީހުން ސިއްރުކުރި ތަނެއްގެ ބަދަލުގައި ބަލިމީހުން
ބޮޑަށް ބާރުއެޅުން ސާފުކޮށްދޭން ޖެހޭތީވެ، އަޅުގަނޑުގެ ޒިންމާ ހަމަޖެހުން ވަގުތުން މައިދާނުން ތިބި ހުރި ކުރާނަމެވެ އަހަރެމެންގެ ހިމާޔަތް
ހިފަހައްޓާށެވެ. އަހަރެން ސާބިތުކޮށް، ހަމައެކަނި ޒާތީ ޖަވާބުދާރީ ބަދަލުތަކުގެ ފައިދާ ފުރިހަމަ ކުރުމަށް ބަރުއަށް ޖަހަމުން ދަނީ،
އިންސާނުން ބަލިމީހުން ކުރިއަރުވާ މަޖުބޫރު ނުކުރެވޭނެ ތަރައްޤީއެވެ.

އޮޕަރޭޝަން ސަލާމަތް ވާނީ މިހާރު މިހާރަކު...
ކުރީގެ ކުރުމާއި ކުރިމަތިލި އަތުގެ ފަދަ ރިސާލާތްތަކާއި ބަލިމީހުން ގެ ބިރުވެރި ހިންދާ އަތުވެސް ހާލަތުގެ ތެރޭގައި ބަލާލައި،
ވަރުގެ އަމިއްލަ "ފަރުވާ ދިނުމަށް" ކުރީގެ ކުރިމަތީގެ ބަލިމީހުންގެ ދިރުމުގެ ތެރޭގައި ބަލާނެ ކަމެކެވެ. ބެލެނިވެރި އަދި އިންސާނީ
ޑޮކްޓަރުން ވަގުތުން އެ ދުނިޔެއަށް ހެޔޮ ބާރު، ގުޅިގެން އާދައިގެ ހިއްސާކުރުމަށް މީހުންނަށް ދަތުރުގެ ދާއިރާ އެވެ. ވީމާ މަސްތޫރާކަމާއި
އާބާދީގެ ވިޔަފާރިގެ ނަމުގައި ޚިދުމަތް ހިނގާއިރު ބަދަލުގެ ސްޓޭޓަސް ބަލިވެފައިވާ ޑޮކްޓަރުގެ އަތް ތެރޭގެ އަލަށް ވެއްޖެއިރު،
ކުރީގެ ނަމުގައި ކުރިމަތިން ތެރެއެއް ތެރެއިން ހުއްޓެވެ. އޮޕަރޭޝަނުގެ އޮފީސަރުންގެ ކުރިން ނަތީ މީހުންގެ މަސައްކަތް މަރުގެ
ހުރިހާ އިރުޝާދު އެއްވެރިގެ އޮފީސަރުންނާއެވެ. މިކަން ހުރިހާ ބަލިއެރީން ވެސް ރައްކާތެރިކަން ވެސް ދަނެވެ.

ފަހަރެއްގައި އަޅުގަނޑުގެ ބަރޯސާ ކުރުންތެރީންނަށް އަޅުގަނޑުގެ ޖިސްމުގެ ދޮރު ކަމަށް ފުރުސަތާ ކަމަކަށް ވާހަކަ ދެއްކީމެވެ. އެތެރޭ
އޮޕަރޭޝަނުގެ ހިސާބު، އަޅުގަނޑުގެ އިތުރަށް ބޭރުގެ އިސްކޮލަރޝިޕް މާ ސަލާމަތް ކުރުމަށް (ފަރާތް ޑޮކްޓަރުން ވިސްނުމުގެ ގޮތުން
ބޮޑެތި ޑިޕާޓްމަންޓް ތެރޭގައި)، މާ ސޯޝަލް ކުރި (ޝަރުތު ހުރި)، މާ ސިޔާސީ (މުސްލިމް)، މާ ކާމިޔާބު ވިދާޅުވެ (އައްޔާރު ނަމް)،
މާ އަމަލުކުރި (ދަރުވަރުން) އަދި މާ ބިޔަ ހާލު (ނާކާމިޔާބު) އަދިވެ). އޮޕަކަލު އަޅުގަނޑު އިސްލާމްދީނީ ނިސްބަތާ ނިސްބަތުގައި،
އިސްލާމީ އަދި ކުރިހެން އުޅުން. އަދި މުޅި ދުނިޔެ އަހަރެންނާ ދެކޮޅަށް ހުރުމަށް އަހަރެން ހުސްނާ އަޅުގަނޑު ހޯދާނެވެ. އަޅުގަނޑު
ތިބީން، ހުރިހާ ހިސާބެއްގެ ބަދަލު އަޅުގަނޑު ގޮތުން ފާހަގަކުރުން، އެންމެން ތިބި ހީވެފައިވާ ސަލާމަތީ ހާލަތު ކަމުގެ ތަރިކާ
އެބައޮތެވެ.

ކުރުމު ސަލާމަތީ ރަހުމަތްތެރިން ބަލާއިރު، ހުރިހާ އެއް...
އެ ވީހެ، ފިހުފަހުގެ ފުރަދަ ނުވަތަ ސްޓޯރީ ފުރުޞަތު ބާރު ވިހާ ބޭނުންތަން، އަދި ޒާތީ ބާރުގެ ކުރިއަށް ދިއުމަށް، ޖާނާއި އަމަލެއް،
އަޅުގަނޑު ފަރުވާ ބަދަލާ ބަލަހަރު ބަދަލުތައް ނިންމާ. ނުވަތަ

ޤުދުރަތީ ކާނާގެ އެހީގައި މަރުގެ ދޮރުމަތީގައި ހުރި ބަލިމީހާގެ ފޮލިޔާގެ ސަލާމަތް، ހިތުގެ މަސްތަކަށް ވަރުގަދަކަން، ދިފާޢުގެ ހުރިހާ މެޑިކަލް އެޑްވާންސްމަންޓްތަކުން ސިހުރުއާގެ ގޮތުގައި ބަލާއިރު އަހަރެން ހައިރާނަށް ދުރާލާ ފާހަގަކޮށް އަސާސަން ދިގު އުމުރުއްގެ އާ ޗެސްއައް ލިބި، އެމީހުން ވެސް ދެރިގަދަ ތަކުރީން އަސާގެ ފާހަގަކޮށް ޖުލާކުން، "ވިޔުގެ ފަތުރުސް" އިން ހިތުގެ މަސައްކަތްތައް ސެޓިމިއްފުރޭކުން، ފާގެ މިންވަރު މަދުކުން ނުވަތަ ޖެހެނެތެރޭކުން އާޓިފިޝަލް ވަސީލަތްތަކުން ޖެހިފައިވާ ކުރައްވާ. ބޮޑަތަ-ބެނެތ އާއި އެހެނިހެން ޖިނަ އަދަދުއްގެ ޗަމްޕިއަ ސައިންސްފީލްޑް ވަސް، މިފަދަ އެޑްވާންސްމަންޓްތަކާ ސިފަކޮށްލިކަމާއި މަކުރާއި ހިލަބް ހެދުމުގެ ބަލާފައިވެއްވޭ.

ހަމަކަށަވަރުން އަހަރެންގެ މައްޗަށް ބަރާސާވެގެން އުޅުއްވި، އަހަރެންގެ...

އަމިއްލަ، އިންތިޒާމަށް ދިމިބެޖެ ވަސީލަތްތައް، އަޅުގަނޑު ބޭރަ ތަޤުދީރުތައް ކުރިއަށް ގެންގޮސް، ދެން އަޅުގަނޑުގެ ހުދުނެތްކަމުގެ މައްޗަށް ތިޔާރާން، ސައިންޓިފިކް ސްޓަޑީ ފުރަތަމަ ގޮތުރަތީ ކާނާގައި ހުރިހާ އެތައް ހާސް ނިޔުޓްރިޝަން ކާނާސްޓްރަކްޓުރަށް ބަލަން އެންޓްރިވް، ސުލޫކް އިންތިޒާމަށް ޖޭނޭޓިކް ވެއްދުމާއި، ދެން ކުރި އުކާލުމުން މާތަކަމުގެ ކުރުވެރިވާ ކަމަށް އިއުލާން ކުރަމުން އެކަން މިކަމަށް އާދަމް ފަރިސާއެއް އެ ގާތްވެކަން އަނބުރާ ގެންދިއުމަކަށް ކުރާ ޅާކަޅު މަސައްކަތްވެތަކާ އެއް އާޚިރުޝަރު މާއްދާއެއް ހުރިއަދުގެ ގެއްލުވައިލާ ހުރި މަކާނީ ޚުމުތަކާއި ވަޒީފާތައްކަކުވެ.

މިސާލެއްގެ ގޮތުން ނަގާފާނަ، އަހަރެންގެ ފޮޓޯވާ ދޮ ދަރިން އަހަރެންގެ އަބާފުރުގައި ކާމިޔާބުކުރި ޗާކްޓޮކުރު. އެންމެ ފުރަތަމަ ވަސް އަމިހުންގެ ހަޖަމުކުރުމަން އެހިތެރިވެރި، އަމިހުންގެ ބާރު ދުވަހުއްޖެމުގެ ބަހާނާގައި، ތޯ މާވާ މަނާކުން، އެގެ ބަދަލުގައި ކާމިޔާބީއި "މަރުކަޒީ ކާނާ" ކުއްމަން ވަމާދަރުވި އަވ. ފުރަތް އެ ވަމާތަކުގެ ސަބަބުން އުޅުނު އަޒީ-އިންޓެލިޖެންސްތަކާއި އަޒީ-އިންފޮމޭޝަނަލް ހިމަބިހި ކަމަށް ބުނީ، އަހަރު ޖަހަރިންގެ ބިރުވެރި ޖޯޝަކާއި، އަދިވެސް ފުރަތް، ގެނާ ނުވާވާ ޖިނަ އިލްމިޔާނުތަކާއި ތަޖުރިބާތަކުގެ ތަރުތީބު، އެންމެ ހަރުކަތް "ޖެހިޖް" އާއި އިންތިޒާމަށް ޖިނަ އަދަދުއްގެ އެކި ބާސްތަކާއި... މިޖަމާތުގެ

އެންޓިބަޔޮޓިކްސް އާނާ ވަނީ ކުރިންގެ އެންމެ ފުރަގެ ހަކަތައިން މަދުރުވެކޮންޓްރޯލްކުރެވެއެވެ. އެފަދަ ޗާކްޓަރަކު ގަސްތުގައި ހުރިހާ ކަމެއް ކުރި ނަމަވެސް، އެންމެ ނަފްރަތު ބޮޑު ޖަރާސީމާގެ ކުރު ސާބިތުވިކަން ދަނީނެވެ. މިހާރު، އެހެން ކުރިންނަނަށް ހަމަ އެ ކުރު ތަކަރާރު ނުކުރުމަށްޓަކައި، އަނާގެ ކުރު ގެއަށް ގެނަސް، އެންމެ ނަފްރަތު ބޮޑު ޖަރާސީމާގެ ކުރު ސާބިތުވާކަން އަނާއަށް ވިސްނައިދޭން ޖެހުނެވެ.

މަސްތުވާތަކެތި ކަމަށްވާނަމަ އެ...

އަހަރެންގެ ދަރިން ނަގި 14 އަހަރު ތެރޭގައި ބޭނުން ކުރެވުނު ސިޓީ، މުޅި ވަށްކަރައް މުޅިން ނައްތާލާފައިން.

އެ މަގުމު މިއަދު ކާންމެވެސް ވަރަކަށް މިޔާލީ އެއްޗެއް. ސަލިންޖަރުކް ޖަމާނުގައި...
ކުރީއެރުންތަކެއް ލިބިފައިވާއިރު، އެދުވަސްވަރު އަދިވެސް ފެންނަނީ ގިނަ އަދަދެއްގެ ފޮލޯ، ބަލިކަށި ކުދިންތަކެއް، މަންމައިން
ކާންމު ކަހަލަ ހިތްވަރުކާއި އިންޖެކްޝަންތަކަކަށް ތިޖޫބާކާރީގެން، ރަވީސް، މަރާއި، ޕޯސް، ރޯބީ، ހަވާދު، ބަޖަރ އަދި ފްރެސްޖޮރީ
ކެއްމަށް މަޖޫބުރު ކުރާއިރު، ހަމަ އެއާއެކު ޓިއުކަމްބާ އާއި... ދުންކަލާ "ހޯޖަމް ނުކުރެވޭތީ"، ޗޮރީ އާއި އަނބު "ބޯރަނޑިހާރޖެން"
އަށް، އަދި މުލްބަރީ އާއި މެދުން އަޅާ "ހުމުގެ ސަލަބަލަން" ކަމަށް ބަލަ އެވެ. މި ހިޔާމަވެރި ޕާލަތު އަހަރެން ފެށުމާކުރިކަމާއިކު
ތެރެއްމަތު ކުރާނީ ޔިހިނދެއް ހެއްދެވެ؟

އިންސާނާގެ ޖެރާސީމުގެ ބޭނިގެނޭޔާ ޔިޔާ ކާމްޕްލެކްސް އެއްކޮއްކަން އެންމެންނަށްވެސް އެނގެއެވެ. ކާރި ދަނޑުއެއްގައި
ވެސް ހުންނަނީ ސިޓީ އެއް ކާމްޕްލެކްސް ސްޓްރަކްޗަރެކެވެ.
އެދުވަހުމެން އެ ގަސް ފުރައިގެން ދާއިރު، ވާހަކަ ދައްކައި ހިނގާ ނުލުވޭ ގޮތް ފުރަތަމަ، އިންސާނުން ފުރަހައިން ދިރިއުޅެ، ނުވާލާ
ހަރަކާތްތަކަށް އަދި ކުރިއެރުމުން އަންނަ ހިނގަނދޭކަން ވެގެންދެއެވެ.
އެދުވަހުމެންގެ ހިނގަނދޭގެ ކުދިކުދި ހުރިހާ މާއްދާތަކުން ގަވާއިދުން ހިންގުމަށް ކާންމުގެން ބޭނުންވާ އެތައް ހާސް މާއްދާތަކުން އެ
މާއްދާތަކުގައި ޖަމާފޮޅުވަނީ އެ މާއްދާތަކަން ބޭނުންވާ މިންވަރަށް އަދި އެއްގެ ސިޓީ ހިސާބުތަކުން ބޭނުންވެ. އަހަރެމެން ދިރިހުރި
ހަނދާނުގެ ތިރީ ބަދަލުކުރާއިރު، އޭގެ އަސަރުން ފުރަތަމަ އެގައި ހުރި ހުރިހާ މާއްދާއެއް ނައްތާލާފަމަވެ: މަރުވާފަދަ ސްޓްރޯކް އާއި ހަކުރު.
އެ އަދިތަކަށް ހަމަމީ ނިއުޓްރިއެންޓްސް ކަމަށް ތަބާއްވެވުމުން، ރަނގަޅު މާނައެއް އޮތް މަސްހަ ދަރިފުޅަށް އެ އަދިތަކުން ދިރުން ނަހަމަވެސް،
ދިރިހުރި ހަނދާނު ދިރުމަށް ބިރުގަންނައެވެ.

ހަމައެކަނިން، ކުރު މުސްކުޅިންގެ މުހުން ރަނގަޅު ކާނާއަށްގެ ގޮތުގައި ދުވަހު ދަނޑުވަރުގައި ހުރި ހުރިހާ ކަމެއް ކާނާއަޅާ ވަސް
ވަސްގަދަ އަދި ވަރަށް ގިނައިން މީރުވަސް ދަރަވާ އަނދުންތަކުގެ ގޮޅި ހިފުސް ފުރަތަމައި އެހެން އެއްޗެއް ނޫނެވެ. އެކަކީގައި
ބާރުބޮޑު ސްޓޮން ހުދި ވިޓަމިންތަކާއި ސުލްޓޮފެކާޔާ ގުދުރަތީ ނޫން، ދިރުމުގެ ނަތޮ މާއްދާތަކެކެވެ.

ދިރިހުރި ތެރެކާރީ ސަލް ކައްކާލުމަކީ، އެއީ ކާނާއަކާއި ފެން ހުއްޓުވުމާ އެއްކޮށެވެ؛ އެއީ އަޅު ގުދުރަތީ ޕާލަތުން ނުކުމެ
އާޖިޒުވުމު އެއްކޮށްކަން ބަދަލުވާ އެއްކޮށެވެ. މަންމައަކު އޮނޑޭ ކުޑަކުޑަ ދަރިފުޅުކަން ފުރަތަމަ ރޯރި، ހިކި ހިތުނު ނުވަތަ އެހެން ކާއްކާ
އެއްކޮއް ދިރުމުން، އެ އާޖިޒުވުމުގެ މާއްދާތައް ބޭނުންކާނުގެ ދަރިފުޅުކަން އެހެން ރަހަމުދުކާ އަދި ވާއިންސާނީ ތަޖުރިބާތައް ކުރަން
ފަށައެވެ.

މާލެކުމު ސަލިންސްގެ އަސާސީ ގޮރިކް އާގެ ހިތާމަވެރި ކުރު ވިސްނުމެވެ. ކުއްލިއަކު ދެކުވަތައިގެންނަވާ ފުދަ
ފުހަގެކާންތޮވެ ސަލިޖާބުރިސްޓްރެއް ވެސް މެއެވެ

ހަސިލުވާއި އޮންނާ މޫވާ ފަދަ ދިރިހުރި އަދި ފުރިހަމަ ކާނާތަކަކީ "ލޯކަލް އޮރިޖިނަލް ތަންކޮޅުން އެއްގޮތް އަދި ސާފު ގައިޑެންސް"
އަކަން ވެސް. މިއާ ޚިލާފަށް، ފިރިހެނުން ކުއްލިއަކަށް ބޭނުންކުރާ ކުލަކުޅަދާނަކަމާއި އަނދުން އެޅުމާ ތަންތަނަށް "ދުނިޔޭގެ އެތައް
ހިސާބަކުން އެއްކޮންފިއުމާ ޖިނާ ވައްތަރުގެ ކާނާތަކެއް" ކަމަށް އޭނާ ދެކެފައިވާތީއެވެ ،(op. cit. p. 220)އަދި
އާދިސްޓިކް ފެމެއް އައިސް އޭނާއަށް އެ... ދެމިހުންގެ މެދުގައި ހުރި ހަމަޖެހޭ ތަފާތެވެ.

މިހާރުގެ ތަރައްޤީވެފައިވާ ނިޒާމަށް ވަރަށް ބޮޑެތި ގޮންޖެހުމާއި، އަދުގަދަ އުފާން ކުރަން
އެއްވެސް މިހާ ދުކާފަން ނަފްރަތު ކަތް ނުކުރެވުން. އަދުގަދަ ހަމައެކަނި އިސްތިސްނާއަށް ނުޖެހި ހުރިހާ އަންހެނުންނާއި
ފިރިހެނުންނަށް ފުން ރަޙްމަތްގެ އިޙްސާސެއް އުފެދިފައި، އަޑިހުންގެ އަމިއްލަ ޝަރުޢީ ޙައްޤުތައް، ގުޅުންތަކާއި، އިންސާނުންނާ
ދަރާވަލް އެ ޖެހިމާތައް ހިންގުމުން އަންނަނި ނިސްބަތް އަދި ވިސްނުމެއް ނެތިއެވެ. އެކަމަކު މި ސަފްހާތައް ކިޔުމަށްފަހު އަޑިހުންގެ
ގޮސްތަކުގައި ދެމިތިބޭ ޤުރުން ކަންމަތި ބާއްދިވެރި އިންސާނަކު ކަންވެރިކަމާނެއެވެ.

ބައިލޮޖިސްޓުންގެ ތަޖުރިބާ އެއްބައި ޚާއްޞަ ޤަރާ ވަގުތު މިހާރު މިވަނީ އައިސްފައެވެ
އަދުހުންނަން ހުށަހެޅުމާ ދެ މަގެވެ. ނަވަތަ ގުދުރަތުގެ ކުރައްނަކޮށް ހިކުމަތް ގެބޭރުކޮށް އިންސާނިއްޔަތުގެ ޚިޔާލީފުޅުތަކުން
އެއްފަހަރާ މިނިވަން ކުރަން ނަވަތަ ގުދުރަތުގެ ގާނޫނުތަކަށް އަރާމުކުރުން، ހަމައެކަނި އަމިއްލަ ޚުދުމުޚްތާރު ބާރުގެ ބަދަލުގައި، އާބިޔާޝަލް
ކަމަށް ދޭހާ ދިރިހުރި ހަނގުރާމަތަށް މާ މޫދު ހުދު ބޮޑު ބަލަން ގެހެއްވާ ގުދުރަތީ ކަންކަމަށް އިސްކަންދިނުމާ، އަދި ކުރިއެރާ
އެއްފަދައިން އަޑިހުންގެ ގެއްލުން ހުރި ތަޖުރިބާތަކާއި ދަރިމިބާއެވެ. އެރަން އާގެ ނަތީޖާ ވާނީ ކިހިނެއް ހެއްދެވޭ؟ މިހާރުގެ ހާލަތު
އިތުރު ދަލީލު ޕީލެއް ވަންދަން ދަރިއްޔާތް ކަމަށް ހިޔާން، އެ ދުވަސްވަރު މަސައްކަތްކުރާ މީހުންގެ ހަރަކާތްތަކުގައި ދެކެވޭ ހަމަ އިތުރު
ކަމަށް ހިޔާލުތަކާ ހިސާބުކުރެވޭ؛ އާބާދީކޮށް ފިޔަވަޅުތަކުގެ އަސަރު ހަތަރުގުނަ އިތުރުވާނެ، ގާނޫނީ ގޮތުން ޓެކްނޮލޮޖީގެ ބަދަލުވާނެ، ގާނޫނީ
ފަރުދު ވެސް ޖީލުތަކުން ވެގެން ދިއުމަށް އެވެ. މިހެންވީ ކަމަށް އަދުގަދަފުންނަން ލިބޭނީ ގާނޫނީ ފައިދާއެއް ހުއްޓުވާ، ޖީލުތަކުން
އަމިއްލަ ބަދިނަކުން މަތީ، އަހަރުން އިތުރު ދަރަޖައިގެ މިހުންނަކޮށް ޖީނީއިން މަތީ، އާންމުކޮށް އަހަރުން އަންހެނުންގެ ދަރިން
މަތިވާއިރު؟

ދުނިޔެ މަދުފުރަދުމުގެ މުޅި ޖިންސާ އޮޕީ ދިރިއުޅުގެ...
ޕީޓަރ ސިންގަރުސްޓަން: ރިސާޗް ބައިލޮޖިސްޓުންނާއި މެޑިސިންގެ ފްރޮފެސަރުން. އާދައިގެ ޖީލުތަކުންގެ މަސްލަހަތު ކުރިއެރި
ނުލިބިފައި، ސަޓަބަޔާ އަދިހުން ހަމައެކަނި އަދިހުންގެ މެދުއެރުވުން ދަސްކޮށްދިނުމަށް ކަންތައްތައް އަމަލީ ގޮތުން ތަރުޖަމާ
ކުރާނެ އެވެ. ފަރުދީ ހިންގުމުގެ ހިތާމަ ތަފްސީލުކަން އަޅުވެރިވުމުގެ ކުރިން އެއްވެސް އިންޖިނިއަރުކަން ދުވަހަކުވެސް
ފަރުދީ ބޮޑުއެޅުމުގެ މަސައްކަތް ހައްލުކުރުމުގެ ނަތީޖާ. ހަމަ ދަލީލުތަކެއް ނެތަ ބަދަލު އެއްކޮށްދީފައި ބައެއް އަދިމުންބެރި
ސަފުހާތަކެއް އިން ފިރިހެން ދިރިއުޅުމަށް ކުރުވާން ކަމެއް ނުކުރެ

އިލްމާއި، ފަންސުރު ލަފާތަކާއި، ބަޔޮލޮޖިކަލް ހިތަކާއި، ޖުގުރާފީ ޖިއޮލޮޖީތަކާއި، ދެން އެތައް ހާސް ވިޔަތަކާއި، އަނިޔާވެރި އާލާތްތަކާއި، ކެމިކަލް ޝިފާއަސް އަމުރުތަކުގެ އެހީގައި، އަދި މިހާރު ކަމެއް އެއްވެސް ހުރަހެއް ނެތި، އެމީހުންގެ އެކުވެރި ފިރިހެނުންގެ ފިރާނައާ ކުރެން ފިރިހަމަ މިނިވަންކަން ދިނުމެވެ. ދުނިޔޭގައި ހުރި ހުރިހާ މީހަކު ފާޑުކިޔުމާ ސައިކޮލޮޖީއާތަކާއި ސިޔާސީ ޖާތަކާއި ކަމަށް ކުރެއްވިކަމަކީ ހިކުމުވެ ހިންގުމަށް ނިސްބަތްވެ. އޮތީ: އެކަންކަން ހިތްހަމަޖެހުނުކަމަށް ޓެކުނޮލޮޖީއަށް ދިރަވަރުކަން ފެނުނަ ބަދުނުވާނެ ކަމަށް އެއްވެސް އިންސާނާގެ ޚަރަކާތުގައި ހިންގާ ގޮތް ނަރުވޭ ފެނުނުސްކޮށް ހަމަސްޕީޑާގެ އެއްބަސްވުމާ އެނގިއްޖެ ވިސްނުންކަމެއް ނެތެވެ.

ދިގުދުވަހުގެ ބޮއިދުމް ހުނަނަ ބަލިމީހުގެ ސަލާމަތް ޓެކްނޮލޮޖީގެ ލަފާ ހާލަތުގައި، އެއާއެކު ބޮޑެތި ސަލާމަތް ބާކީ ސިކްބެތަކާއި ލަފާ ލިބޭނެއެވެ. އެހެން ޓެކްނޮލޮޖީ ހަމަވަރުކަމުގެ އެކަށީގެންވާ ގޮތަކުން ދެމެހެއްޓުމެއް ކުރެވޭ ގޮތަކަށް ދެވޭނެއެވެ. މި ފާލޫ ހަރުދަނާކަން ކުރިން ތިބި ކަނޑައެޅުން އަށްޓެކްނޮލޮޖީ މުސްތަޤްބަލުގެ ދަރުމަވަންތަ ކުރުމަށް ޓީގެ ހަމަ ޓެކްނިކް ގޮތުގައި ނިމޭނެއެވެ. މިއަދުގެ ކުދިން ވަރަށް ބޮޑުވެ، ސިޔާސީ ދަރުވު، އެޖެންސީތަކުގެ ގޮތުގައި އަޅުއްވާލެވުނުމަ، ހުރިހާ ބަދަލުތަކުން ފެއްޓުނީ، ދުނިޔޭގެ ދިރުންތަކުގެ، އަމިއްލަ ފަހިކުރުމުގެ ހަމައަށް ޓެކްނޮލޮޖީ ބަލަހައްޓަނީ ރަނގަޅު ސިފައެއް މި ދިރުމަށް އިތުރުކުރެވޭނެއެވެ. އަދިވެސް އެމީހުންގެ ހިކުމަތް ޖަހާއިފަދައިން ބޯހުރި ކަމަކު ހިކުރި ހުއްޓުމެވެ؟

އެގޮތަށް ނުދޭނެކަމަށް ގެދުރަށް ކާބަކަކު ނަހާތަކުރަށް ވަގުތުން ހުއްޓައިލީ އަދަށް ޖެހެއެވެ. މިއީ އެއްވެސް ކާމިޔާބުމީހުން އެއް ގަބޫލު ނުކުރާ ގެދުރަތުގެ ވަރުގަދަ އަމުރެވެ. އެއީ މުޅި ކައުނުތަކުގެ ޒާތުންނެވެ.

އެކަމަކު މިއަދު ދިންސާނުން ދިރިއުޅެނީ މި ބިން ނަރުކާއަކަށް ބަދަލުވެހާސިލްވެ ޝައިޖާނުންގެ ފުރަހަމަ ބާރުގެ ދަރުދަގައެވެ. އަ ޝައިޖާނުން، ޙިލް އަންހެން ކުދިންގެ މާސްކު އަވަހަށް، ދޮގަސްދޭގެ ކުއްމީގެ މަޖްބުރާއި އިންސާނުންގެ ތަރިކަކުގައި ދިރިއުޅެން ޖެހޭނެ. އެމީހުން އޮތްގެ މުޅާއި ބާރަކަރިގައި، އަތްލިފަޢާއި ފައިގައި، ކަރާއި ޚާސްޖެގައި ސޮފުގައި ހިބަ، އެމީހުންގެ ނަޖަރު ހިންގާ ތަންތަން އޮތްގެ ހިއްސާތަކަށް ފަރުވާލެވޭކަން ހުރި ފަރައެވެ. އެއީ އޮތްގެ ހަރިގަނޑެއް ވަދު، އޮތްގެ ހިތާއި ނަފްސުގެ ތަރުގައި ޖެއްސާފައިވާ ބަލިކަވެ.

މިއަދުގެ "ތަހުޒީބު" އިންސާނާ ފެތުވެރިއަށް ޖަމާންތަކުގެ ބޭނު އަޅުކަމަށް މަޤާމް ކުރި ނަމަވެސް އޭނާއަކީ މާޒީގެ ބޭނު
އަޅުކަންކުރާ ޗީޒުންނަން ވެރި މާ ނުބައި ބޭނު އަޅުކަންކުރާ ޗީޒެއްކަން އޭނާއަށް ނޭނގެއެވެ. ކުރީ ޖަމާނުގައި ފުރިހަނުން އެކި
ޖަނަވާރުތަކުގެ ތަސްވީރުތައް ގޮއިވޭލާން އެ ޖަނަވާރުތަކަށް ދޮޅިކުރެއެވެ؛ މިއަދު އެމީހުން އެ ޖަނަވާރުތައް ކަޅިލައި، އެ
ޖަނަވާރުތަކުގެ ފަނާވެފައިވާ މަރުތަކަށް އަޅުކަންކުރެއެވެ.

މިއަދުގެ "ތަހުޒީބު" ޗީޒައަށް ތަބާއެވެރު ނުކުރެވޭނެއެވެ
މޮލު ދުނިޔެ ދިރިއުޅުނި މިޒާރުގެ ވަގުތުގައެވެ. ކުޑަކުއްޖެއްގެ މޫނުމަތީން ލާ ތިލިތަކެއް ފެނުމުން ހަޔާތުގެއި ހޭނތިގެންދާ "ނާޒުކު"
އަދި "ތެދުވެރި" އަންހެންކަނބަލުން މަޖުމަތިތިރިކުރާއިރު މާޔޫމަތީގައި ލާ އަޑުފައިވާ ހިތެއް، ފުރަގަސް ނުވަތަ އުރަމަތި ކަނޑުލާފައި
ކާރިޖައެވެ ހުރިހާ ފަރުވާކުޖެހޭކަމެއް، އެންމެ ގޮޖެއްސާއިރު ކުރިން އެ ނިކަމެތި މަރުފޫޒު ދިރިއުޅުމާއި ދިރިމަކުން ފުރިފައިވާ ކަމުގެ
ވިސްނުމެއް ނެތެއެވެ. ކުޖައިރުއްސުރު ކުކުޅު ނުވަތަ ކުޑަކުއްޖަކު ކަތިލާތަން ފެނިއްޖެނަމަ، ހަމަ އެހާމެ ފަރުވާކުޖެހޭކަމާއެކު ވަލު ނަގައި،
އެއްވެސް ޝަރުކެއް ނެތި، ކުޑަކުއްޖާގެ ހިތާ އަކު، ކައިރީގާނާއެވެ އެ ތުއްތު ކުއްޖާގެ ހިތް، ކައްކައި ކާނެވެ. ހަމައެކަނި ތަފާތަކީ އޭނާގެ
ތާ އަކަކަން ހޭނިފައިވިނަމަވެސް އަނެއް ޗީޒައަށް ހޭނިފައި ނުވާތީ، އެހެން ޝޫންނަމަ ކަޝަވު ފީހާރަތަކުގައި، ގޮތަކުގެ މަރުތަކުގެ
ކައިރީގައި ތަޅުވާފައި ހުރި އިންސާނުންގެ ހަރިގަނޑުތައް ފޮއްޗަށްޖަހާފައިވާތަން ފެނުމުން ހައިރާން ނުވާނެއެވެ އަދި ބިކަރުތަކެވެ.

މިޒާރު އިންސާނުންނަކީ ތަހުޒީބު ވެމާ ދުރު ތަނެކެވެ

އިންސާނުން ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާ ކެއުމުގައި ދަރިވިބާރާ ހިނދުކު، ދުނިޔޭގައި ހަމަހަ ކުރިއެރުމެއް ވެސް އަދި ދަރިޢުންނަ
ސަލާމަތް ވެސް ނެތިބާނެ އެވެ. އެއީ ދުނިޔޭގައި ހިނގާ ހުރިހާ ހަނގުރާމަތަކާއި ޒަތުލުއާންމުތަކަށް އުފެއްދާ ކައްކާ ކައުމެވެ.

އެއީ ކައްކާފައި ކައުމުން ހިތްވަރު، ވަގުން، ސޮއްބާލުން ފެދަ ނުބައި ލީޖަރުންނާއި ނުރައްކާތެރި ހުދުމުދުތަކާރު ވެރިން ނުވަތަ
އަރުޖީނިއާގެ ސޮލްހަވެރި އާބާރީގެ އެއްބައި ޒަތުމުލާން އަނެއް ބައި ދުއްވާލި ޖާހިދާއި ތަޖާތްތާއި އެމީހުންގެ ފަރަތުގައި ތިޔޮ
މީހުން ފަދަ އަނިޔާވެރި ކުންފުރިން އުފެއްދާ ކައިކާލާ އެމީހުންގެ ޒާލިމު ވަޙުޝީ ދުނިބައިލާރު އެއްބައި ނިކަމަ، އެތައް ހާސް އަހަރެއް
ފަންދަން އުފުން، ދަނޑުވެރިކަމުގެ އާލާތްތަކާއި، ގެދޮރާއި، އެމީހުންގެ...

ބަޔަކާބެހޭ، އެބަސްބަސްގެ ފެތުރެބަދަބެހޭ، އެބަސްބަސްގެ ވާހިބެހޭ، ދެން ވަދުވެރިކަމާއެކު މުޅި "ބަހުރީބާ" ދުނިޔޭގެ ޑޭޓާގެ ކުރިމަތިލައި މުޅިން އަދަބު ނުހިމެ ފެށޭ ކުރުމެވެ.

ކާނި އުފެއްދުން މެދުނުކުރެ އިޖުތިމާޢީ ދިރިއުޅުން ދިނަ ނަމަވެސް، މުޅި ދުނިޔޭގައި އަދިވެސް ސިޔާސީ ވަރަށް ބޮޑު ދަތިކަމެއް އޮވެއްޖެއެވެ.

މި އާދަޔާ ހިލާފު ފުރަތަމަ އަށް ތިން ސަބަބެއް ވެއެވެ: ފުރަތަމަ ކަމަކަށް، ހުރިހާ ބަޔަކަށް ވެސް ހެލްތު ކެއަރ ހުރު ކުރިއަކަށް ބަދަލުވާނެގޮތް، އޭގެ އަސްލު ފަހުގެ ބޮޑެތި ބަދަލުގެ ނިޔަބިރުޝަނަލް ވެލިއު އިން މަހުރޫމް ކުރަމުވެ. ދެން އާބާދީ ޝަހަރީ ފެތުރިގެ ދިރުމާއި ކަލަނަޖަހަމުގެ އޯގާތެރި ސީރިއަސްކަމުގެ މިންވަރު މަތީ އެޑްމިނިސްޓްރޭޝަންތަކުގައި އެ ކަމަށް ފިޔަވަޅު ހީނާ ކުރިއަރަމުން އަންނަނީ ކާބޯތަކާއިގެ އެއްގަލްވުމުން އިޖުތިމާޢީ ތިމާވެއްޓަށް ކުރިއަރަނީ ސާފުކުރީ ވަރަށް ކަމަށް ވެސް ވިދާޅުވި އެވެ.

އަދި ޒިނާ ދަނޑުވެރިކަމުގެ ބިން ބޭނުމެއް ބޭނުން ކުރަމުންދަނީ މަހާއި ކިރު ސިޔާއީ ބެހޭގޮތުގެ ދިރާބެހޭ ޖަނަވާރު ބެހެހެކަން ކާނދިނުމަށެވެ.

ފުރަތަމަ ނަޖަރުން ފިރިހެންނަނަށް ކަރުބާ ކެއުމުން އިންސާނިއްޔަތަށް ލިބޭނެ އިންތިޒާމަށް ބޮޑު ފައިދާބެހެއް ބަޔާއްވުރު ކުރަން އުނދަގޫވާނެއެވެ.

ގޮތުގެޔާކަށް ވަގުތުން ކާނުގެ ބައްދަލު އަބަދަށްބަކާއި ފާހަލާގައި ގޭސް، ކާނުގެ އިތުރުވުމާއި ކުރެއް ބިމުގެ ބިމުން ނެތިގެންދާނެއެވެ.

ހަމައެއާއެކު، ދިރިއުޅުމުގެ އުނދޫދު ދެތިންގުނަ އިތުރުވެ، މިއާރުގެ ހޫނުވުމާއި ދިމިއަޅުނަމަ، އެބައް ސަބަބު އަހަރެއް ވަންދެން އިންސާނުންގެ އަބްލާޢާމަގައި ނުވަތަ ފަދަ ބޮޑު އިޤްތިޞާދީ ކުރިއެރުމެއް ލިބިގެންދާނެއެވެ.

މި ބުނުމަކީ ހަމަގޮތުގެކަށް ކަމާލާއި ފިލްޝަން ދުނިޔެ ކަމާއި، މިގޭ އިތުރުވެން، އެ ހުރިހާ ފައިދާބެހެއް ވަރަށް ސާދާ ގޮތެއްގައި ހުރިހާ ކަމަކަށް ވެސް ޑިމާންޑް ކަމަކަށް ވާނެއެވެ. އަދިގަނޑުމުން ކުރަން ލިބޭރާ ކަމަށ، ގުދުރަތީގެ އެންމެ އަސާސީ ޕްރޮޓީން ބަނަކަން އިހްތިޔާރުކުރާ، ދިރިހުރި އަދި އިންޑަސްޓްރީ ހަނދުގެ ނަޒަރުގެ ފާހަގަކުރުމެވެ. ދިރިހުރި، ހަރަކާތްތެރި ހަނދުވާއި އަސާސީކާއި ޚާއްޞަ ޕްރިނޑް ބައިގަނޑު ވަޑު ދަށްވަނގެ ސަޕްލައި ވިޔަފާރި ހުރިހަމަ، ކާ ކާ ފިހާރގެ ޖަދާލިވެރި ކާވެނިކާއި ޚާއްޞަ ޖަދާލިވެރިގެ ބަލާފައި ފޯރުކޮށްދިން ނިންމުން އެވެ.

މިހާރު ދިވެހިރާއްޖޭގެ މިހާރުގެ ވެރިން ގެންގުޅޭ ނަޒަރިއްޔާތަށް ބަލާފައި ހިނގާނެވެ
ދުނިޔެއާއި މި ދުނިޔޭގެ ޖަމާޢަތްތަކާ ގުޅޭ ޖިންމާދާރު އެހެން ފަރާތްތަކުންނެވެ. އެމެރިކާގެ ފަރާތުން ލިބުން ސިޔާސަތުން އެނގޭނީ
އަޅުގަނޑުގެ ފުރަތަމަ ފޮށި ޝަރުޢީވެރިކަމާއެކު ކުރިއަރައިފާ ކަމާއި، އަޅުގަނޑުގެ ވިސްނުމާ ދެކޮ އާންމު ހަމަތަކަށް ތިބެފައިވާ ކަމެވެ.
އެއްވެސް ފަރާތަކުން އެއްގޮތަކަށްވެސް އެއްގޮތް ނުވާ އާންމު އަޅުގަނޑުގެތަން އަޅާލިއްފައެއް ނުވެއެވެ. އެކަމަކު މިއީ ފުރަތަމަ ފަހަރުގެ ކަމެއް
ނޫނެވެ. އަޅުގަނޑުގެ ފޮތެއް އެއްފަހަރު ލިޔެފައި އެއްފަހަރާތަކަށް ބަހައްޓާނެ ޝަރުޢީވެރި ވާހަކައެއް ނޫނެވެ. އެއީ އަޅުގަނޑުމެންގެ
ދުނިޔޭގެ އެންމެ ދުނިޔެ އަދި އެންމެ އަވަސް ޖަމާޢަތްތަކާ ބައިގަތުން ވާހަކަ ދަރުބާރުވުމާ ގުޅިގެނެވެ. އެއީ ތަކުރާރުކުރުން ކިޔައި،
އޭގެ ކޮންމެ ޖުމްލައެއް ފުރާވެރިކަމާއި ބަރާބަރު، ގޮތަކަށް ވެސް ކަންތަން ވިސްނާނެ ޖެހޭ އެއްޗެކެވެ.

ދުނިޔޭގެ އެ ވެރިން ވީ ކަމުގައި އިތުރު އެއް ޚާދިމް ސަލާމަތްގެ ގޮތުގައި ބަލައި، އަޅުގަނޑުގެ އެހެން ހުރިހާ ސިޔާސީ އަދި
އިޤްތިޞާދީ ޖަމާޢަތްތަކާ އެއްފަދައިން އިތުރަށް ދިރާސާކޮށް ވިސްނުމަށް "ތަޖުރިބާކާރުން" އަށް ހުށަހަޅައިދިނުމަ އެއީ ގޯސްކަމެވެ.
އެކަމަށް ހުރި އަސަރުތައް ވަންދެން އެކަމު ތަޖުރިބާތަކާއި ދިރާސާތަކުން ކުރިމަތިވިއިރު ނަމަވެސް އެ ހުރިހާ ކަމެއް ވެސް ވަރަށް ބޮޑަށް
ނާކާމިޔާބުވުމަށް އެވެ. މިއަދު އެ ފަންނުކުރުމުގެ ތަޖުރިބާތަކެއް ނިމުމެއް ގެނެސް، އަޅުގަނޑުގެ ހާލަތު ދިރިއުޅުމުގެ ވައްޓާލުމަށް
އެންމެ ދިރުމަށް ސަންގަވައިދިނުމަށް ކަމާބެހޭ ފަރާތްތަކުގެ ވަގުތީ ވާޖިބެކެވެ. މިއަދު ބޭރުވެރި ކޮންމެ މީހަކު ގުދުރަތީ ކަންކަމާއި
ގުދުރަތީ ނޫން ކަންކަމާއި، ދިރިހުރި ކަންތައް ދިރުން ނިމޭ ކަންތަކުގެ ތަފާތު ކަނޑައަޅުއްވުގެ މާރިފަތެވެ.

އެކަމަށް މިޔައިން ބައެއްގެ މައްސަލަ ވެރިކަން ކުރާ މީހާއަށް، މުޅިން ފަސާދައިން ނުކުތްވަނީ
އެންމެ ފަރުދެއްގެ މައްސަލަ، އެހެންގޮތެއް އަދިވެސް މީހެއްގެ މައްސަލަ ވެރިކަން ކުރުން.

ވީ ކަމުގެ އިސްތިޙްސާނު ދުވާލު ހަދަން ޖެހޭނީ އެންމެ ދެ ސަބަބަކީ: އާންމު ވިސްނުމުގެ ނަތީޖާއި އިލްމީ ތާރީޚުގެ ބާރު
ނަތީޖާވެ. ޖިންސީ ސަބަބުން ނުވެވޭނެއެވެ. އަޅުގަނޑު ހުށަ "ސަބަބު" އެ ދެ އުސޫލެއް ބޭނުންކުރެވޭ ކުރިއަށް ގެންދާ ހަމައެކަނި
ބަޔާނުކުރެވެ. ޖިންސީ ދިރާސާތަކުގައި ވިދިވިދިގެން ސަރުކާރުން އިލްމީ ވާހަކަ ކަމާ ވީމަ، އަޅުގަނޑުގެ ހިތްވަރާއި އަދި
ރަނގަޅުކަން ނެތް ކަމުގެ އިސްލާހު އެއްވެސް މީހަކަށް ލިބިގެން ނުވާނެއެވެ.

ދެމިން މަސް ދުވަހު ފެށިގެން ކޮ-އިތިން ފޯރުކޮށް ކުރަމުން އަންނަ މީހުން، ސިޔާސީ ގޮތުގެ ފައިމައްކަން ގެންދިޔައީ،
ކުރިން އުވުނު އާދައާ ހިލާފު ދިރިއުޅުމުގެ ވައްޓާލުމަން އާންމު އަދިމަން ދުވަހަކު އެއްބަސް ނުވާނެއެވެ. އެހެނީ
ޝަރުޢީއްޔަތަށް އަޅާ، އެހެނީ ސިއްރުކޮށް ދުވަހުއާލަމަން އަހުރު މިހާރު

ކުރިން ދަލީން މަސް ދުވަހުގެ އަ "ތަޖުރިބާ" ކުރާނީ އެންމެ ހިނދުކާއެއްގެ ފަސްދުވަހުއް ނަލިއެވ. އަމީހުންގެ ރައްޔިތުންގެ އުފެދުމާއި ހެޔޮކަމާއި ޝަރުގުދަރިވާ ޕީޒަރުން (އެބަހުރިނަމަ) އަމިއްލަ ޖާގަ މިސާލުތަކުން ހުރިހާ އިންސާނުންގެ ތަނަވަސްކަމުން މަގުފުރުކުރަން ޖެހެއެވ. މިއީ އިންސާނިއްޔަތަން އެމީހުންގެ އެންމެ ބޭނުންތެރި އަދި އެންމެ ޝަރަފުވެރި ހުރުމަތްތަކުން ވާނެއެވ.

ކަށްޓާ ކާނާ، ގުދުރަތީ ނޫން ޖާތަކަން ފުމާއި...
އާބިދާޝަފް މަސްދާތަކުން، އަދުގަނޑުގެ ހުއްޔާ ސަލްތަކަން ކާނާގެ ދަނޑިއައް ނަލިބޭއެވ. އަދި ހަމައަށްލާ، އެކަށްކަން ފުރާނދިނުމަށް ކުރަވާ ހަރަދާއި އުނދަގުލަކީ ހަމައެކަނި އިސްތިރާޤު ޖަތްގައި ނަފްސާނީމެއް ނޫން ކަމަށާއި، އެއީ އިންސާނާގެ ގަނަވަސްތަކާއި، ހަމަކަތަވަރުން، އިންސާނާ އަމިއްލައަށް މުދިން ނަފްސާނީމުގެ ވަސީލަތްތަކެވ. ލާ ކައުމުގެ ފުރަތަމަ މަސްތަކުގައި ލިބެނީ ތަޖުރިބާއިން މި ފާހަގަކުރާގެ ހަޔާތް އެންމެނުންނަށް ސާފުކަން ފެންނާނެ އެވ. މި ސުވާލާ މެދު އިރުކާކަށް ވިސްނާލުމަކީ ބަހުސަކު ކަމެކެވ.

މިދިޔަ މަދު އަހަރުތަކުގެ ތަރައްގީ ހިނާ އަދަދުތަކުގެ މައުލޫމާތު ލިބިފައިވެއެވ
ދުނިޔޭގެ ހުރިހާ ކަންކަމެއްކަން ލިބިފައިވާ ލާ ކައުމުން ހުރި ކާމިޔާބީތަކުގެ މައުލޫމާތު. މި މައުލޫމާތުން ދައްކާ ގޮތުގައި މުޅި ދުނިޔޭގައި އާދި ދިރުމާދުގައި އެބައް ހާސް ގަބޫލުކުރާ ލާ މީހުން ތިބިއިރު، އޭގެ ތެރެއިން ހިސާ ބައިކު ސިޔާއަސް ބަލިތަކުން ބަނގުރާ، މިހާރު އުފުމަށްދަނީ އެއްމެ އުފާވެރި ދިރިއުޅުމެވ. މި މީހުންނަކީ ތަޖުރިބާކާރުންނަށްފަސް އަދި ސައިންސްވެރިންނަށްފަސް ނޫނެވ؛ އެއީ ހަމައެކަނި ތަޖުރިބާ އަދި ސަޤާފަތް ގަދަ ފެހިހުރުން، އަމިއްލަ ވިސްނުމާއި ބުރުމުގެ ސަބަބުން ލާ ކައުމުގެ އުސޫލުތައް ވިސްނި، އަދި ނިންމަވަންޖެހޭ ނިންމުން ނިންމުމުގެ ހިތްވަރު ލިބިފައިވާ ބައެކެވ.

ހިތާމައަކީ އަޅުގަނޑުގެ ޖަލްލާދުން ތަމްބާކުގެ ފައިދާ ބޭސްތަކުގައި ބޭބޭ ދަލީތަކެއް ކުރިމަތިވެފައިވާކަމެވ. ސާފުކަން އެނގޭ ގޮތުގައި މުޅި ދުނިޔޭގައި ހިލޭ އެބައް މިލިއަން ފޮތް ބަނަމަ އެންމެ ފަރުދުއްގެ ބާރުގެ ބޭރުން ކުރާނެ ކަމެއް. އަޅުގަނޑު އިނގިރޭސިވެރިޔާއި އެމެރިކާގެ ބައެއް ދަލީ އެޑްމިނިސްޓްރޭޝަން އެޑްޖަސްޓްމަންޓް ހުޅުވާލުމުން، އެމީހުންގެ ޖެއްސުމުތަކުގައި އަޅުގަނޑުގެ ޖަރަގަތަކާ އިނގިރޭސި ފޮތް އަތުން ޝާއިޢު ކުރުމަށް ދައުލަތުން ދިނެވ. އަ އެންމެން ވެސް އަ ފޮތަކީ ޝައުޤުވެރި އަދި ބޭނުންތެރި ފޮތެއް ކަމަށް އެއްބަސްވި ނަމަވެސް އަ ފޮތަކީ އެމީހުންގެ ޖެއްސުމުތަކުގެ ދައްދަގުގެ ތަޖުރިބާގެ ނަތީޖާއަކުން ނުވަތަ ހިތާމަ ފުރުކުރި ފޮތެކެވ. މިއީ ފުދޭފަރާތަކުން ވިސްނާ ކަމެއް ކަމުގައި ވި، ސަބަބަކީ، އޭގެ ޝާއިޢު ކުރުމަކީ އެމީހުންގެ އެހެން ހުރި "ޖެއްޓިބިލް" ފޮތްތަކާއި ނިމުމަކަށް އައުމުގެ އިޝްތިހާރެއް ކަމުގައި ވާނެ، ސަބަބަކީ ލާ ކައުމުގެ އުސޫލުތަކަން އަހުލުވެރި އެއްވެސް މީހަކު އެހެން ނުކުރެވޭނެ އެވ

އެމީހުންނަށް ކުރެވޭ ސަމާލުކަމެއް ދިނުމެވެ. މިއަދުގެ ރައްޔިތުންނަށް އަމިއްލަ ނިކަމެތި މަސްލަހަތުތަކުން ބޭރުން ނުފެނެއެވެ.

މުޅި ދުނިޔޭގައި ލިބި ހުރި މުޖުތަމަޢުތަކާއި، ޒިޔާރަތްތެރި ޖަމާޢަތްތަކާއި، ހަރަކާތް ފަރާތްތަކާއި، އާންމު ރުޅުގެ އިންސާނީ އެހީތެރިންނަށް އަދުގަނޑު އިލްތިމާސް ކުރަން. އަދުގަނޑުގެ ޕަބްލިކޭޝަންތައް ފެތުރުމުގައި އެމީހުންނަށް ކުރެވުނު އާތް ހުރިހާ އެހީތެރިކަމެއް އަދުގަނޑުގެ ދެއްވާށި. އަދުގަނޑުގެ ފޮތްތަކުގެ ވިރި، ފަންސާސް ނުވަތަ ސަތޭކަ ކޮޕީ އޯޑަރުކުރެން، ވިއްކައިދޭން ނުވަތަ ހިލޭ ދިނުން، އެމީހުންގެ އިޝްތިހާރުގައި ބޮޑުކަން ކުރެވިދާނެއެވެ. ކޮންމެ ފޮތަކީ ވަސް ފުރާނަ ސަމާލުކަމުގެ ދޮރުތަކެއް ބޭޗި ބަލިބަލާ ފިކުރުން ފަރާތް ގުޅުވާ ހުރިހާ ރަޖިސްޓަރީ ނުވަތަ ކުރުހުރުނުންނަށް އެޑްވަރޓަސް ފުރުސަތުކޮށް ހުރުވާލަވާ ފަރާތް ފޮތްކަލަވެ. މިވަގުތު އެއަރފުޅު ބޭގެ އިންސާނީ އަދުލުގެ އެއްވެސް ހަރަކާތެއް ނެތެވެ.

މީގެ 15 އަހަރު ކުރިން މިފަދަ ފޮތެއްގެ ފައިދާ އަހަރުންނަށް ލިބުނުތަ މިއަދު އަހަރުންގެ ދަލީލުން ފޮޓޯވެސް ދަރިން ހިރިމިޔާބުންނެވެ. އަހުއްޓާފުން މީގެ 10 ވަރަކަށް އަހަރު ކުރިން އަހަރުންގެ ސިޔާސީއަށް އަލިކަމެއް ނުލިބުނުތަ، އަހަރުން އަމިއްލައަށް މިހާރު އުފެއްދިޔ ރޮނެވެ.
ދުނިޔޭގެ ހުރިހާ ރައްޔިތުންނަށް މިވަގުތު މިދިޔ ހަމަ އެ ހާލަތުގައި ކަމަކާއި އެމީހުންނަށް އަދުގަނޑުމަންގެ އެހީތެރިކަން ވަރަށް ބޭނުން ބޭނުންވެއެވެ. އެއީ ނިޔުބާރުޝަންގެ ބޮއްޓަ އުސްތާދުތަކަން ޕިލާވެސް އަޅަށްކަން އަނާލުވެރި ކުރުމެވެ.

މިއަދު އަދުގަނޑަށް އަމިއްލަ ފާޑުން ފެންނަނީ، ތަފާތުން ބައެއް ހިނގަނޑުތަކުން ރިޔާސަތު ދާއިރާ، ހަޅުރު، ހިޔި ޔިރާއި، ރައްކާތެރިކޮށްދީފާ މަސް ފަދަރުންނަށް ބަލާހުމަންޖަކައި، އިންތިޒާމް ބޭގެ ފައިސާއެއް ހަރަދުކުރާ ގޮތެވެ. މިފަދަ ފައިރު ފުދަރަޖެ އަދި އިންތިޒާމް ހަމަކުރުވާފައިވާ ކާރު މީސްތަކުންނަންނަން ބަލާމުދުން، އެމީހުން ނޫނިހި ނަމަވެސް އަންގެ ބޭގެ ފާމާއެއް ކަން، ޖަމިއްޔާގެ ފާތުރުންތަކާ ޒިލާޖުވެއެވެ. އެމީހުން ކުރާނީ އަންގެ ތަފާވެދި އެމަށް، އެ ބަދުނަސިބު މީހުންގެ ލާ ހުރުވާލައި، ރާ-ޕީގަން ވަން ދަސްކާރުދިން ނަމައެވެ.

ކާނާއަށް އެޖެހޭބަ ހުރިހާ މީހުންނަށް ކަފު ކުލަޔާ ހުދު އަދި ހުދު ކުލަޔާ ކަފު ކުލައެވެ. ކުރިން ދުނިޔެ އެއްބަނދެއްގައި ހުރި ކަމަށް ޚިލާފުވެސް ދުވަސްވަރެއް، އިރުއާއި ބަރިބަތް ފަރައިގެން ދަބުރުކުރަމުން ދިޔައެވެ. އެއްވެސް މީހަކު އަޅާ ޒިލާފު ޢަޤީދާއެއް ފާޑުކާރުފުނަމަ، ކުރު ވިޝްނުމެއްގެ މީހުން އެކާ މާރާއެއްގެ ގޮތުގައި ބޮޑު، އެމީހުންގެ އަމިއްލަ ފާޑަން ދުނިޔެ އޮގެ ބަނޑުގައި ވަރުގަދަ ޖައްސާފައި އާބުދުން، އިރު އުޖުމަތިން ދަބުރުކުރުމުގެ ނިޔާއެވެ.

މިއަދުވެސް ވެރިވެފައިވަނީ ހަމަ އެ ވިސްނުމެވެ. އިންސާނާއަށް ފެންނަ ފެންމުގައި އަމިއްލަ ހަށިގަނޑުގައި ކިއުކަމްބާއިން އޭނާއަށް "ގެއްލުން" ލިބޭ ކަމުގެ އިހުސާސް ކުރުވައިދެ، ދެފުށް ކައްކާފައިވާ ހުދު ރޯނި އާއި ފޮލިޝް ކޮންފެއިވާ ރައިސް، ފަސޭހައިން ހަޖަމު ކުރެވޭތީ، ބަނޑުގެ މަސައްކަތްތަކަށް "ރޮގިއުލޮޓް" ކުރެއެވެ. އެކަމަކު އޭނާއަށް ނޭނގެނީ، ބަރުދަނުގައި، އޭނާގެ ބަނޑު ބަލިކަށިވުމުގެ އަސްލު ސަބަބަކީ، ހަމަ އެ ރޮށިތަކާއި ބިސް ބަނޑުން ކުރެވުމެވެ؛ އަސްލު ކިއުކަމްބާ އަދި ދިގު މުއްދަތުގައި އޭނާއަށް ފެރުވާ ލިބޭނެ ކަންނޭ އޭ.

މިއަދު ހުރިހާ އިންސާނުންނަށް ތަފާތުވެފައިވަނީ އިންސާނާ ކާއްމާއްކަ ކ
ބަނޑުހައިވެފައި ހުންނައިރު މަދު ޖާގަ ދެނެވަރެއް "މަރުކަޒީ" ކާނާ، އޭނާގެ ޖަރާސީމުގެ ގަވާއިދުން ބޭނުންވާ ކަންކަން ފުއްދައިދެއެވެ. އެކަމަކު އުމުރުގެ އާދައިގެ ސިފަތަކުން އެ މަރުވެފައިވާ އަދި އާޒިފުޝާލް މާއްދާތަކުން ކާނާގެ ދަނޑިއަށް ނުނަގާ ކަމާއި، ބަނޑު ފުރިފައި ހުރި ނަމަވެސް، ފުދުވަރަކަށް ބަނޑުހައިވެފައި ހުންނަކަށް މިހުންނަން ނޫނެވެ.

މިއަދު ހުރިހާ އިންސާނުންނަށްވެސް ތަފާތުވެފައިވަނީ ދުވަހުން ދުވަހަށް ދިރިއުޅުމުގެ އުޅުމަކުން ބޭކާރު ރިސާލާ ޚާއްޞްރިތަކުން ލިބޭ ޑްރޯޕިންތަކާއި ވިޓަމިންތަކާއި މައުދަންތަކުގެ ނިއުޓްރިޝަން ވެލުއްތަކުގެ އެކިއެކި އިލްމީ ހިސާބުތަކުން މަޑުމައްކަރުކަމުން ޖެހޭކަށްނުކުރެވެ. އަމިއްލަ ހިސާބާ ގޮތުގައި ދީނީ ހިސާބުތަކަށް ހަމަގޮތުގައި މުދިން ދޭގެ އަދި ހަމަކު މަސްޖިދުގެ ގެއްލުން ހުރި ތަމްސީލުތަކެވެ.

މިއަދު މިހާރު ބަލިވެއްޖެނަމަ އޭނާއަށް ތަފާތުވެގެން ދަނީ އޭނާގެ ހުރިހާ އެއްޗެއްކަން
އަމިއްލައަށް ފެރުވާ ހުދުމަސްބާކައި ކުރަންޖެހޭ ކަމަކީ މަސްތުވާތަކުގެ ޚާއްޞަ ވެއްޓާ ވަރަށް ހުރުމުގެ. އެ އަޖައިބުކުރުވަނިވި މާއްދާއަށް ވަގުތުން ހުދަން ފެނަނީ އެހެންވެއްޖެ. އެކަމަކު ޖެހޭގޮތް ތަމްރީން އަދި މި ކައްޗާއި ކާއްމާ ޖާމިއާގެ ސިޔާހަތު ކަމަށް އެއްވެސް ވިޔަފާރިކަން ދުވަހަކުވެސް ބަނޑުތެރި މަސައްކަތްތަކުން ނުކުރެވޭނެ ނަރުކޮށްދިނުމަކީ އޭނާގެ ނުކުރަނީ. އަދި ހުރިހާ ބަލިތަކަކީ ހަމައެކަނި ދަ ސަބަބުތަކާހުރި ރިކާވާ ބަލިތަކުއްކަން ވެސް އޭނާއަކަށް ނޭނގެއެވެ: ގުދުރަތީ ކާނާ ނުލިބުމުގެ ސަބަބުން އާދައިގެ ޝިފާތަކެއް ދެވިދާނެކަމެއް ބަނޑުހައިހުންނަކަމާއި، ގުދުރަތީ ނޫން، ކައްކާފައިވާ ކާނާއާއި އަޅާނުލާން ވެސް މާއްދާތަކުގެ ގެއްލުން ހުރި އަސަރުތަކެވެ. ތިންވަނަ ސަބަބަށް ނުވެވެ. އަޅާނުލަމުން، ހުރިހާ ބަލިތަކުން އެއްފަހަރާ މިނިވަންވުމުގެ ބޭއްލިވެރި ޒާތެއް އެބައޮތެވެ. އަދިގަނޑުމުން މުހިއްމު ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާއާއި ބޭސްތަކުން ދުވަސްކޮޅެވެ، ހަމައެކަނި ގުދުރަތީ ނިއުޓްރިޝަން (ހޯ ފިޒިކަލް) އިން އަދިގަނޑުމުގެ ސިފަތަކުގެ ބޭނުންތަކެއް ފުއްދަން ޖެހެއެވެ.

އާންމުކޮށް ބަލިތައް ދަނޑުވެ ކުރުމުގެ ވަސީލަތްތަކުގެ ގޮތުގައި ދުވާ މަސްތުވާތަކެއްޗެ، ހަކީގަތުގައި، އަމިއްލައަށް ބަލިތައް ޖެހުމަށް މަދުވެރިވާ ސަބަބުތަކެވެ. އާންމުކޮށް ޝިފާދަމާ އެއީ...

ސިންގަޕޫރް މާއްދާއެއްގައި ނުވަތަ ވަކިވަކި ނިއުޒީލެންޑްގެއްގައި އެއްވެސް ފަރުވާއެއް ހޯދުމަށް ކުރެވޭ ބިރުވެރި އަދި ހިތާމަވެރި ގޮހެނެވެ. އެހެނަސް ވާތުވިރަ ޒަޚުމްތަކުން ވަންދުން އިންސާނުންނަށް ކާނެފެއިވާ ހަމަ މި ގޮހެވެ. މި ދުނިޔޭގައި އެއްވެސް ފަރުވާއެއް ނެތް މާއްދާއެއް ނެތެވެ؛ އެބަހުރި ހަމައެކަނި ބަލިމައް މެދުވެރިވާ ޒާތްބެ ކަންތައްތަކެއް، އެ ކަންތައްތައް ނަގައްޓާލުމުން ހުރިހާ ބަލިތަކެއް އަޒާމެހިކަން ނަގައްޓާލެވޭނެއެވެ. އެ ކަންތައްތަކަކީ ކަމުގާ ކާނާއި ބޭސްތަކުގެ ނަން ގެސްޓަން ހިއާ ވިހަތަކެވެ.

މިއަދުގެ މީހާއަކީ އޮނާގެ ބަސާރަތަން ވަރަން ފަޚުރުވެރިވާ މީހެއް ނަމަވެސް އޮނާއަކީ ހަޔާތުގައި ތަހުޒީބު ވުމާ ދުރު މީހެކެވެ. ހަޔީ ބަސާރަތް މިންކުރަންވާނީ ހަމައެކަނި ފެންނަ ކުރިއެރުމަކުން ނޫން ކަމަށާއި، ފަރުދުންގެ ސިކުނޑިއާއި ނަފްސު ޒާބިތުކުރުމާއި، ޤާބިލުކަމާއި އަޚްލާޤީ ޝަރުތަށް ފަރަޤުކުރުމާއި، އިންސާނީ ބުއްދި ޒުހުދުބާތަކުން މިނިވަންވުމުންނެވެ. ކާނާއަށް ކުޑާ އާދަޔާ ހިލާފު އުޅުން ފުއްދުމަށްބަލައި މިއަދުގެ މީހާ ސާފު، ގުދުރަތީ ކާނާގެ 80ޕަސެންޓް އަލިފާންގައި އަންދާލައި، އާބިޔޮށޮލް ގޮބެއްގައި ބަލިބައް އުފެއްދިއިގެން އަމިއްލަ ހަލާކު ގެނެސްދެނީއެވެ. އުމުރުންގެ އަމިއްލަ އަމިއްލަ އަދުންވެރިކަމާއި ބޭޗާކަން ފުއްދުމަށްބަލައި ޒައުމުބަކުގެ ވެރިން ދުނިޔޭގެ ޒައުމުބަކުގެ މެދުގައި ނަފްރަތާއި ހަސަދަވެރިކަމުގެ އޮތް އިންދައި، އެކަކު އަނެކަކު ޒަޚަމްކުރައްވެ.

ސައިންސްގެ މަންދޫބުންވެސް، ރަޙްމަތާއި އިންސާނިއްޔަތުގެ ހުރިހާ އިޙްސާސްތަކެއް ބާޤީވާކަން، އަމިއްލަ ނިކަމެތި މަސްލަހަތު އިތުރަށް ކުރިއަށް ގެންދިއުމަށްޓަކައި ސައިންސްގެ މުޅިއެކަށް ނަން ފަރުވާތެރިކޮށް ބޭނުންކުރިން، އެކަން ކުރުމުގައި އެންމެ ރަހުމުކުޑަ ގޮތަކަށް މީހުން ފާޑުކިޔަނީއެވެ.

ޤާނޫނުތަކާއި ޒަހަރަން ޤިޔާމަތްވާނެ އެންމެ ޚަރަދުކުރެވޭ އެއް ދަރިވަރު

މިއަދުގެ "ތަހުޒީބު" މީހާގެ ކަމަކީ ކެންސަރުގެ ސަބަބުން އޮނާ ގެންގުޅޭ އުސޫލެވެ. އެބައް އަރަހައް ވަންދުން ވަކި ވަކި ކަލަބަރު މާއްދާތަކެއްގައި މިފަދަ ބޮޑު ގުސޫބާތަކުގެ ސަބަބާއި ފަރުވާ ހޯދުމުން އަންނަނިވި، އަދިވެސް އޮނާ ދަނީ އެ ބޭނުންވެރި ހޯދުން ކުރިއަށް ގެންދަމުންނެވެ.

މިކަމާ ގުޅިގެން އަޚްލާޤީ ދާއިރާތަކުގެ ދަރިވަރުން ދުނިޔޭގެ ގިނަ ފޭރުންނަން މީގެ ހަތަރު އަހަރު ކުރިން އަޚްލާޤީ ހަލާކުވިއެވެ. މިއަދު އަޚްލާޤީ އިންޙިރާފުވެސް އެ ދަރިވަރުގެ ހުރަހަދަސް، ދިނަ ކަންކަށްކުރިޔާ މިސާލުތަކުން ދެއްކުމުގައި، އިތުރަށް ތަޖުރިބާކުރަން، ފުރާނަދޫކޮށްފައިވާ ގޮތުގައެވެ. ހަމަ މިސާލަކަށް އެސްގެ އޭރުގެ މިނިވަންކަން ބަލައިގަތީ ފަރާތްތަކުގެ އާއާ ދުރުވެ، ފަރުވާތަކެތިން ދިމާވި ހިއްވޭގަން ހުއްޓެވެ؟ ގުދުރަތީ ކާނާގެ ބިރުވެރިކަން ނަގައްޓާލުމުގައި މީހުން ކުރިއަށް ގެންދަނީ ހިއްވޭގަން ހުއްޓެވެ؟ ހިއްވޭގަންޑު އަމީހުން...

އެމީހުންގެ ޤާބިލުކަމާއި ނަޒާހަތްތެރިކަމާއި ޒިންމާދާރުކަމަށް ފުރިހަމަ އަދި ގެޔޮކަން ހުރި ވަޒީފާތަކުން ދުރުގެ ވިސްނުންތެރިކަމާއި ވަކި ޚިޔާލުތަކަށް ފުރުޞަތު ކުރަމުން ގެންދާނެތޯ؟

އިންސާނާގެ ޙަޔާތާއި ގުޅޭ ކަންތައް ކަލާ ގުޅުވާނީ؟ ކަލާމަ އަޅުގަނޑު ބަހާލަނީ؟

ބަހާލަމުގެ މައްސަލަ ގޮތުންކުރެވޭ ވާހަކަ ދައްކާ މީހުން އެކަން ސާބިތުކޮށްދެއްވާ
އެމީހުން އަމިއްލަވަން ވެސް ގުޅުވަމުގެ އެންމެ އަސާސީ ޕްރޮޓީން ނިޒާމެއް ވިސްނި، އިންސާނުން ހުރިހާ ބަޔަކަށް މިހިފުންކޮށްދެއި، ދުރުއުޅުމުގެ އެންމެދު
ދުގުނައަށް އިތުރުކުރުމާއި، ދުރުއުޅުމުގެ ފުންވަރު ތިންގުނަ ނުވަތަ ހަތަރުގުނައަށް އިތުރުކުރުމުގެ މާނައަކީ ކަބައިލާއް ވިސްނާ ވަރަށް ބޮޑު ބަދަލެކެވެ.

މިކަމާ ގުޅިގެން، އެހެން މީހުންގެ ހައްގުތަކަށް އެންމެ ފުރިހަމަ ބޭނުން ކުރުމަށް ބައިވެރިވާ ސަރުކާރު ބޭރުގެ ހިދުމަތް ނަގާގޮތް ލަފާ މިސާލަކީ ދިނީ ކަން އަދަދު ކުރިން ދުރު
ފޮސް އެންޖެލިސް އިންނެވެ. އަހަރުގެ ފުރަތަމަ އިނގިރޭސި ފޮތް ހިދުމަތްދެވުނު، ކުލިފޯނިއާގެ އަންހެން ބޭފުޅަކު، މިސިސް އޭލް ބަލްބޮކު، ފުރިހަމަ ރޯ-
ފިޒިކަލް އެޗްއީ ގެންގުޅެއެވެ.

އެ ޒަމާނުގެ އިންސާނީ ފަރާތަކުން ޝައުގުވެރިވި، ފޮތުގެ 30ރޭގެ އޮޕަރޭޝަން، ރައްޓެހިންނާއި ގުޅުންތަކުގެ ދުނިޔެއަށް އެ ރަނގަޅު މާޙައުލު ފޯރުކޮށްދިނީ އެވެ.
މި ވަގުތު ޤައުމު މާތިން ޖެހިސްނުން ކިޔާ މިހާރު ފޮސް އެންޖެލިސްގެ "ލޮސް ދުއިވް" މޭޒުޖެހިގެން ރޮ ކާނާގެ "ބޭނުންތެރި" ސިފަތަކާ ބެހޭ ގޮތުން ލިޔުއްވިތަކުން
ލިޔުނުކަން އަސަރުކުރެއްވި، އެކަމާ ގުޅުވުމުގެ ސިޓީއެއްގައި މުޅިކަމުކޮށްދިން، ފަރުވާ ދިނުން ގޮތުގެ ވަރަށް ކިޔުއްވުނީއެވެ އަދި އޭގެ ފަހުން އޭނާ އާއި އެކަ ފިތުވިއުމަ ވެސް
ކުރަމުގެ ގޮތުގެ ބައިބަދަލެއް ވެސް ރަނގަޅުވެފައެވެ.

އަޅުގަނޑުގެ ފުރުޞަތު ކިޔުއްވުން ލީޑަރު ދެނިގޮތުގެ ގޮތް ބައިވެރިން ރޯ-ފިޒިކަލް އަށް ވަބާވެ، ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން އާދައިގެ ބޭފުޅަކު ކުރެއްވިލާގެ ބަޖެޓުގެ
އުސޫލުތަކުން ފުރިހަމަ ކާމިޔާބު ވެސްއިމުކަން ބަޔަކު ބަލިތަކާއި ނުރައްކާތެރި ބަޔަކު ބޭނުންކުރާ ހޯދުންތަކުގެ ބަލިތަކުން ރައްކާތެރިވެވުނެވެ. އެންމެ މަތީ ފެންވަރުގެ "ސުޕަރފިޝަލް ބޮޑީގެ"
ވަށާގެ ސަބަބުން އަހަރުތަކާއި ވަންދުން އެއްވެސް ފައިދާއެއް ނުލިބި، ހުސް ބައެއް އެއްމިސާލު ގުޅުވާލައިފާ ކާނާތަކާއި ބޭނުމެއްގެ މީހެއްގައި ރަނގަޅު ދުވަސްފަށައިގެން
ބަލިމީހުންނަށް ވަރު ވަރުގަދަކޮށްދިނުމަށް ފެންނަ ސިފައެއް އިތުރުކުރެވުނެވެ، މިހާރު އެކަން ކުރުމަށް އޭ ހިތާމަ ދެރައިގެން ހުރިހާ ނިސްބަތުން ލިބިގެނެވެ.

ކުއްލިއަކަށް ހުންނަ ކާނާއާއި އެހެނިހެން ވިޔަ މާއްދާތައް ދުރުކުރުމާ މީހާއަށް ހުރިހާ ބަލިތަކުން ރައްކާތެރިވެ، ބަލިތަކުގެ ދާއިމީ ވަޒަންބޮޑު
މިނިވަންވެ، ސިއްހަތާއި ވަރުގަދަކަމުގެ ފެނި މުސްކުޅި އުމުރަކަށް އިތުބާރާކު އިންތިޒާމު ކުރެވުނު މީހެކެވެ. މިފޮތުގެ ދެން އާންނަ ބައިގައި
ކިޔުންތެރިޔާއަށް ފެންނާނީ ކ

ކުރީގެ ބަލިފުޅުންގެ ތަޖުރިބާތަކެއް ކިޔައިދީގެން އެހެން ފުޅުންނަށް އެހީތެރިވުމަށް ހުށަހެޅުއިވާ ފުޅުންގެ ފަރާތުން އަޅުގަނޑެން ކޮންމެ ދުވަހަކުވެސް ލިބޭ އެތައް ސިޓީއެއް ހޯދުމެވެ. މި ޓޫރުގައި މިސިކު ބަލްބާލް ނިންމި މިސްޓަރ ރެއިންކޯއަށް ލިޔުއްވުމަށެވެ.

އެ ޖެންޓަލްމަން އަހަރެންގެ އަމިއްލަ ފޮތުގައި އަހަރެންގެ ހައްގަން އަލާންނުލާ، ކޮޕީ އަޅުއްޗެ ޕޭޖް އަހަރެންގެ ފޮތުގެ ކަވަރުގައި ޕްރިފައިވާ ހަ މެކްސިމަމްގެ ތެރެއިން ކޮންމެ މެކްސިމަމެއް ލަފާކަން! 1965 ވަނަ އަހަރުގެ ފެބްރުއަރީ އަދި އޮގަސްޓް، "ލުޒާންސް ލަމިޓް" ގެ އަދަދުތަކުގައި އުކަންކަން ވަރަށްދޮގުވެއެވެ.
މެގަޒިން އިން "އެޑްވެންޗަރސް އިން ރާ ފުޓްސްޓެ" ގެ ނަމުގައި ލިޔުއްވުމުގެ ތެރެއިން، ދެން އޮރާ ހުނަރުވެރި އިތުރު މައުލޫމާތު 5 ޖޫލައިގެ އަދަދުގައި ޝާއިޢުކުރެވުނެވެ. އެކަމަކު އެންމެ ޝައުގުވެރިވާ ކަމަކީ ތަރުޖަމާ ނަންބަރުގައި އެ މަޖައްލާގެ އެޑިޓަރުން އެ ކޯންޓެންޓްތަކެއް ނިސްބަތްވަނީ ފިޔަން ފިޔަން ފިހާރަކަށް ކަނަވަރުކޮށްދީފައިވާކަމެވެ! "ހިނގާ ދިރިއުޅުން" ފަދަ ޕަބްލިކޭޝަނެއް ފުޅުން ކިޔަން ނުވާނެއެވެ.

އާޓިފިޝަލް ލިޓަރޭޗަރކާއި "ޖެއިޓްޖީޓް" ތައްޔާރީތަކުގެ އިންސްޓިޓިއުޝަނަކުން ދިރިހުރި މެމްބަރ އެވެ.

މިހާރު ދިމަ އަހަރެންމެދު ޒީނަ ދެވަނަ ވޯލްޑްވޯރ، އިޖިޕްޓާއި ދިރިއުޅުން ދުނިޔޭގެ ކޮންމެ އުޑުވަރުން މަސްރޫފުތަކުގެ އަދަދު ރުއްކޮށްޖެއެވެ.
އަޅުގަނޑުގެ އާއިލާއާއި އަޅުގަނޑުގެ އަމިއްލަ ނަފްސުގެ ބޮޑުބޮޑު ގުނަވަނުތަކެއް އިންތިހާއަށް ޒަރޫރީކުރާ އެއްޗެއް ނަމަވެސް،
ރައްކާތެރި ހެދުމާ ފައިސާއަށް ދިރާސާކުރެވި ކުރިއަށް ގެންދިއުމާއި ޤާނޫނުގެ ޝާއިޢުކުރުމުގެ ކޮޅަށްކުރުމުގެ އެންމެ ހިނދުކާރީގެ ކަންކަން
ފަސްދުވަހުގެ ނުވަތަ އަދި ދުނިޔޭގެ ހުރިހާ ކަންތަކުގައި ލިޔެކިޔުމުގެ ފަޔަ ވަޔަވަޔަ ފަރުދުނުވެ. އަޅުގަނޑު މި ފްރޭންޗައިސް ފިހާރަވުމި
މުޅި ދުނިޔެއަށް އުފެދި ފޮދެރި ދިރިއުޅުމަކަށް ބަޔަކު މަދު ދަތުރުކުރުމަށް ބައިވެރިވާ، އަދި މުޅިރާ ދުވަހުވެސް ފައިސާއަށް މިފަދަ
ނަފްސަތަކަށް ވިއްކާ ދަތުރެއް ހިތާއި ފުރާނައިން މުޖުތަމަޢުތަކުގައި.

އެކަމަކު މިއަދު މިސްޓަރ ޖޯއުމް ރެއިންކޯ، އަޅުގަނޑުގެ ޒިޔާރަތްތަކާއި އަޅުގަނޑުގެ މުކާސަލާތުގެ ފައިދާހުރި ބޭނުން
ހިފައިގެން، ފުޅުންނަށް ކާން ދައްކާލުމަށް 5 ޖޫލައިގެ ފިޔައް ޖެހޭ ކުރައްވައިފި
ގޮތުގައި ކާނާ! މިއީ، ހަމަކަށަވަރުން، ސުވާލުގެ އެންމެ ހާސްކުރުވަނިވި ކަމެވެ.

މިއީ މިސްޓަރ ރެއިންކޯގެ ދީ ފިޔުމުން ނަގާފައިވާ ބައިތަކެކެވެ.

ލުޒާންސް ލަމިޓް

ފެބްރުއަރީ، 1965 :

އެޑްވެންޗަރސް އިން ރާ ފުޓްސްޓެ ފިޔަސީ ޖެން މާޓިން ރެއިންކޯ އެވެ

އެމެރިކަން ފްރޮޓްޗް އާރިޔިޝަންބަރ އަދި އެކްސްޕްލޯރަރ އެވް

ހުރިހާ ހައްގެއް ލީޑަރޝިޕްތާއަށް ލިބިގެންވެއެވެ

މިހާރުގެ ސިވިލްސިވިލް ލީޑަރޝިޕްތަކުގައި ލީޑަރޝިޕްގެ އޭރާގެ ޚިޔާލުތަކެއް ދެއްވައެވެ
އަމިއްލަ ތަޖުރިބާތަކުގެ މައްޗަށް ބިނާކޮށް، އޭގެ އިތުރުން ޒިނާ މުސްތަޤުބަލް ދުސްތޫރީ ތަރުތީބުގައި ދިރިއުޅު، ދިރާސާ ކުރަމުން ދިޔައިރު
އޭނާ ކުރި އެތަށް ތަޖުރިބާތަކެއް —
އެމެރިކާގެ ޖައިޝްތަކުގައި ހިމެނުނު ޗް ކޮންއާއި ސިއްރުތަކުން ފޮނިދާރުކުރި މޮޅުތަކެވެ. —އެޗް.

ޗް ކޮންއާއި އިންސާނާ ނަހާ ހަމައެކަނި ކޮންއަކަށް ވަންޏެވެ. ކައިކޮޅުގައި ހުނަރު ކޮން ކުރުމާއި ފެނިހުރެ ސިއްރުތަކުގެ ހެދުމަކީ ބޭނުންތަކަށް މި ދުނިޔެއިން ނައްޓާލަން ޖެހޭ ޒައިތު ގެދުރައިރީ އާރާއެއްކެވެ. އިންސާނާގެ ކޮން އެކުލަވިގެންވާން ޖެހޭނީ ހަމައެކަނި ދިރިހުރި ސުލޫކުތަކުގެ މައްޗަށް ކުރުމުގައި ވެސް، ކައިކޮޅުގައި ހުނަރު ކޮންއާއި އިންސާނުންގެ ހުރިހާ ބަލިތަކުގެ މައިގަނޑު ސަބަބެވެ. ޗް ކޮން ކުރުމުން އިންސާނުން ހުރިހާ ބައްޕަކަށް މިނިވަންވެ، އިންސާނާގެ ހަރުކަތުގެ މުއްދަތު 140 އަހަރަށް ނުވަތަ އެއަށްވުރެ ދިގުވެގެންދެއެވެ.

އަލަން އުފެންވާ ކުއްޖާ ކައްކާ ކާނާއަށް ހުކުރުގެން ދިރުމަށް އެނގުމުގެ ނުބައި ޖެހިގާ، ސަޕަބަށް މިއީ އޭނާގެ ހުރިހާ އުނދަގޫތައް ފުރަ ވަގުތުވެ (އަހަރެންގެ "ޗް-އީޖިން" ފެރަތުމަ އެޑިޝަންގެ ކަވަރު ބައްލަވާލަވެ). ބައޯލޮޖިސްޓުން ސާއިންޓިފިކް ޖެހޭނީ ކައްކާފައި ހުންނަ ހާލަތުގައި ކާބަކާތި އަދުގަނޑުގެ ހުރަހެއް ނުދިޔުންމުގައި ދުނިޔަވީ ނުދިނުމަށް ގޮތް ހުދުގެ ކަމަކަށް. (ފެރަތުމަ އެޑިޝަން، ސފ. .(32އާދަމުގެ ތުއްތު ކައްޖަކު ކައްކާ ކާނާގެ ތަރުތީބު ކުރާއިރު، އެއީ ހަމައެކަނި ކައްކާ ކާނާއަށް އެޑިކްޓު ވާހަކަ ކައްކާ އެއްޗެއް ކަމުގައި ފެންނަ ފަރާއިން، މަސްތުވާތަކުގެ ވަބާގައި ފިޔާ ކައްކާ ވާހަކަ ކަމުނާ ކަހަލަ އެއްޗެކެވެ. (ފެރަތުމަ އެޑިޝަން، ސފ. .(33ބަރުދަގައި އަލިފާން ރޯވާ ރަސްގަނޑު ޗް ކޮންގެ އަމުގެ 90ޕަސެންޓް އަނދާ ހަލާކުވެ އެވެ. (އަހުރެންގެ ފެރަތުމަ އެޑިޝަންގެ ކަވަރު).

އޭޕްރިލް، 1965 :

ފެރަތުމަ ނަޒަރުން ބަލާއިރު ހިލަނީ ހަމައެކަނި ގުދުރަތީ ޗް ކޮން ކުރުމުން ގޮތްގޮސްނެތަން ކޮންގެ ބައްޓަކުން ވެސް މިނިވަން ވެވޭނެ ކަމީ ފެސްޓިވަލް ކަމުއްޔަންނުވެ. އެކަމަކު ހަލިގަތަކީ "ގަބޫލް ނުކުރެވޭ" ފަސޯހައިން ފެނިހަމަ ހަލިގަތަކަން ވެގެން ދިއުމެވެ... (ފެރަތުމަ އެޑިޝަން، ސފ. 45).

މީހުންނަން ހިތްވަރު ދިނުމަކީ ބައޯލޮޖިސްޓުންނާއި ޓޮކްސިކޮލޮޖިސްޓުންގެ ވާހަކަކަން ވަންޏެކެވެ
ގުދުރަތީ ތަކެތި ކެއުމަން؛ ކާނާ އެފެދޭ ނިއުޓްރިޝަން ކޮންސްޓިޓިއުޝަންސް ވެސް ނުކުރެވުމަށާއި، އަބަދުވެސް ގުދުރަތީ ގޮތުން ބަލައިންސް ކުރިމަތިވާ ނިސްބަތުގައި އަދި ދިރިހުރި، ޗް ހާލަތުގައި ވިޔަފާރި ގޮތްގޮސްނެތަން މުޅިން ކެއުމަށް. ޓޮކްސިކޮލޮޖިސްޓުން ބައޯލޮޖިސްޓުން ދުވަހަކުވެސް ވަކިވެފައިވާ ތަކެތީގެ ބޭނުންތެރިކަމުގެ ވާހަކަ ދައްކަން ނުޖެހެއެވެ

ވަކިވަކި ނިއުޓްރިޝަން ކޮންސްޓިޓިއުޝަންތަކުން ނަމަވެސް ފުރިހަމަ ލޯ ކާނާގެ ކޮންމެހެން ބޭނުންތެރިކަން
ފޯރުކޮށްދޭން ޖެހެއެވެ.

ކުރު ޚުލާޞާއެއް

އާންމުކޮށް ބުނާނަމަ ނިއުޓްރިޝަންގެ މުޅި ސައިންސް މައިގަނޑު ދެ ނުކުތާއެއްގައި ޚުލާޞާކޮށް ހުރިހާ އިންސާނުންގެ
ކަންބޮޑުވުމަކަށް ހިފަހައްޓައެވެ:

1.އިންސާނާގެ ކާނާ މުޅިން އަކުރުވިގެންވާނުވާނީ ދިރިހުރި ތިލް ސެލްތަކުގެ މައްޗަށެވެ.
އިންސާނާގެ ޖަރާސީމުގެ ޖީނޯމްތަކަށް ފުއްދުމަށް ބޭނުންވާ ހުރިހާ ސިފަތަކެއް ހުންނަނީ ހަމައެކަނި ދިރޭ ސެލްތަކުން އަކުރުވާ
ކާނާތަކަށެވެ.

2.ގުދުރަތީގައި އާންމު އަދި ބޯއިސް ތަރުކާރީ ހަރިގަނޑުތައް ހުރެއެވެ.
އެންމެ ފުރިހަމަ އަދި އެންމެ ޕެނައިން ކާނާ ލިބޭ ތަރުކާރީ ހަރިގަނޑެއް މޭވާ، ފެހި ތަރުކާރީ، ނާބީސް، ސީޑްއަލްސް އަދި މުރަކަ
ފަދަ ރަނގަޅު ވައްތަރުތަކެވެ.

ކުރުކޮށް ބުނާނަމަ، އިންސާނާއަށް ފުރިހަމަ ސިއްހަތާއި ލިބޭނީ ހަމައެކަނި ލޯ ކާނާ ކެއުމުންނެވެ؛ އޭނާ ބަލިވެފައިވާނީ
ކައްކާފައި ހުންނަ ކާނާ ބޭނުންކުރާ މިންވަރަކަށެވެ؛ އަދި އޭނާ މަރުވާނީ ހަމައެކަނި އުފަދަ ޖައިޒްއަށް އުޅެނުގެންނެވެ. (ފުރަތަމަ
އެޑިޝަން، ޞ. .(24

މަޖައްލާގެ އެޑިޓަރުގެ ނިންމުމުގެ ނޯޓް:

ވާޖިބުތަކުގެ ފްރެޝްތަރުގެ ސަލަބުން އެކަން ނުކުރެވޭނަ ކަމަށް ޖެހެ.
ރައިސްކޯ ސިޓީތަކަން ޖަވާބު ދިނުމަށެވެ. 5ޖޫލައި ލިބުނުން އޭނާ ފޮނުއްވާފައި އޭނާގެ އަމިއްލަ ދުވާލަކު ލޯ ފުޑް މޫވް-މެންޓްގައި
އަމާޒުކޮށްގެން ހިންގި ޕްރޮގްރާމްގެ ރަސްމީ ޕްރެސްގެ ޖެނެރަލް ފުރިހަމަ ޖީނޯމްތަކެއްކަމަށް ބެލެވޭނެއެވެ. މިއީ ފޮތުގެ ސިފައިގައެއް ނޫނެވެ. ފޮނުވާނީ... -އެޑް.

ތަކެތީގެ އަދުގަނޑުމަން ފޯރުކޮށްދިނުމަށް އެއީ ހުރިހާ މަޤާމުއި ތަރުކާރީއާއި ނާބީސް އަދި އެންމެ މަތީ ފެންވަރުގެ ފުރިހަމަ
ކާނާތަކެއް ކަމާއި، ގާތްގަނޑަކަށް ނިއުޓްރިޝަން ޕްރޮފެސަރެއް ހުންނަ އެއްޗެއް ކަމެވެ. އެހެންކަމުން ހުރިހާ "ލޯ ފުޑް-މޫވްމެންޓް"
އާއި ލޯ ނިއުޓްރިޝަންގެ ރިސާޗްތަކާއި އެއްވެސް ސައިންޓިފިކް ނުވަތަ ނިއުޓްރިޝަނަލް ވެލިއުއަކުން އެއްޗިބާވެފައިވާ
ރިސާޗްތަކެވެ. އެންމެ ޖާހިލު މީހަކުން ވެސް އޭނާގެ ކައިމުގެ ޝައުގުވެރިކަމާއި އޭނާގެ ރަހަ ބަލުމުގެ އިހުސާސްގެ ޖީނޯމްތަކުގެ
މަގުދައްކައިގެން އަމިއްލައަށް ޖައިބްރިއަން ޕްރޮގްރާމް އަކުރަވާލުވިދާން އެވެ.

މުޖުތަމަޢުގެ ފްރޮންޓްއައިރު މަހުގެ އަދަދު ލިބުމާއެކު، ކުރިއަށް އޮތްތަކުގައި އަދުގަނޑުގެ ހަރުމަތަށް ރައްކާތެރިކޮންޓްރޯލްކުރަން
އުފުލުއްވާން ކަމަން ގަބޫލުކުރައްވައި، އެޑިޓަރު، މިސްޓަރ ކޭ ކޭ ޓޮމަސްއަން ސީޓީއެއް ލިޔުނީމެވެ:

އޭޕްރީލް 21، 1965 :

މިސްޓަރ ކޭ ކޭ ޓޮމަސް، 1133ސ.ވަރމޮންޓް އެވެނިއު، ލޮސް އެންޖެލިސް، ކެލިފޯނިއާ.

ސާރ،

އެއީ ހައިރާންކަމާއެކު "ލޮބްސް ލައިޓް" ގެ ފްރެންޑްޝިޕް ނަންބަރުގައި މިސްޓަރ ޓޮމް މާލިން ރައިސްކޮށް ޕީއާރްވާފައިވާ
"އޭޝިއަން ޕަލަސް އިން ރޯ ފްރޭޝް" ގެ ނަމްބަރުގައި ޕީއާރްވާފައިވާ ޕީއާރުމަށް ކިޔާލުމުން، އަ ޕީއާރުމުގައި ޕީއާރްސްޓޯރީއާ ވަނީ އަޅުގަނޑުގެ
ފޮޓޯގެ ކަވަރުގައި ހުރި މަޓީރިއަލް ލަފާކޮށް ބަހަނަން ކޮޕީކޮށްފައި، "ރޯ-އިމިޖަން"، އަދި އެކަންކަން ރަޖިސްޓްރީކޮށްފައިވާ އާންމުގެ
އަމިއްލަ ކޮންޓެންޓެއްގެ ގޮތުގައެވެ. މި އޮޑިޝަން ބޮޑީން ދުން އޮތް އަދިދުގައި އިސްލާމްކޮން ކުރިއަށް އޮތްތަންގައި މިފަދަ ކަމެއް
ނުހިނގުމަށް ޖެހޭވަރުތަކެއް އެކުލަވަން އިޚްސާސްތެރިކަމާއެކު ދަންނަވަމެވެ.

އަރްޝިޓީރު ބޯރ ހޮވަންނަސިއަން އެވ

ހިތާމައަކީ، ގެއްލަސްކަކަން މަޑުއްކާ ދުވަސް ފަހުން، އަޅުގަނޑަށް ލިބުނީ، ތިޔަގައިވާ ހިއްސާކަން ނުލެއޭ ޖަވާބެއް، އަ
ޖަވާބުގައި، މިސްޓަރ ހުދުކުރަ ޖެއްސުން ކުރެވުން އޮތް ހުރިހާ މަސައްކަތެއް ކުރެވުނެވެ.
ތެދުވެރިކަމާ އަދަދީ ނަޒާހަތްތެރިކަން:

މެއި 12، 1965 :

އަރްޝިޓީރު ބޯރ-ހޮވަންނަސިއަން ކަށް އެވެނިއު ،21ފްލޯރ ސްޓްރީޓް، ތަހުރާން، ފާރިސީން.

ސާރ:

އޭޕްރީލް 21 ވަނަ ދުވަހުގެ ތިޔަބޭފުޅުންގެ ސިޓީއާ ގުޅޭގޮތުން އަޅުގަނޑުމެން ޕީއާރު މިސްޓަރ ޓޮމް މާލިން އަރުވާ
ޝައިސްލް އަށް ބާރުއަޅާ ހުދުމަށް އަދި މިއީ އާއްމު އަޅުގަނޑުމެންނަށް ނަޒާހަތްތެރިވުމާ ކަމެއް؛

`އަޅުގަނޑުގެ ޕީއާރުމުގެ ފްރެންޑްޝިޕް މަހުގެ އިންސްޓްރެކްޝަންތައް ރަޖިސްޓްރީވާއިރު، އެއްވެސް ތަނެއްގައި މިސްޓަރ ބޯރ
ހޮވަންނަސިއަންގެ މަޓީރިއަލްގެ އެއްވެސް ބައެއް އަލުން ބަހަނަން ކޮޕީކޮށްފައެއް ނުވެއެވެ. ރޯ ކާނާއާ ބެހޭގޮތުން އަޅުގަނޑު ދެއްކި
ހުރިހާ ފިކުރުތަކެއް އަޅުގަނޑުގެ އަމިއްލަ ހިތާމައިތަކުގެ 25އަހަރުގެ ތަޖުރިބާއާ ތަޖުރިބާއާއި ދިރާސާއިން އެއްކޮށްފައިވާ ބަސްތަކެކެވެ.
އަޅުގަނޑު އާންމު އެއްގޮތް އެއްވެސް ބާރުނުއް ދެއްކެނީމަ، އެއީ ހަމައެކަނި އިއްތިފާގުން ދެއްކި ފިކުރެއް، ގަސްތުގައި ނޫން.

`އަޅުގަނޑު ހިކުރަނީ އަޅުގަނޑުގެ އަތުގައި ރޯއްޓީގައި ހުރި އެންމެ ފަހުގެ އެއް ކޮލެކްޝަންގެ ރޯ ފުޑް ފޮޓޯތައް ހުރި ކަމަށާއި،
އެގޮތަށް ތިޔަބޭފުޅުން އަޅުގަނޑަށް ފެންނަނީ އާންމު ކުރެވޭ ފޮޓޯތަކާ ކޮޕީއެއް ކަމަށެވެ.

އެއީން އަހަރެން ކޮޅީ ކުރިންގަ އޭނާއަށް ކުރެވިޖް ދިނިހެވެ. އަޅުގަނޑު ހަނދާންވަނީ އޭނާގެ ފޮތްކޮޅު އަޅުގަނޑަށް މީގެ އަހަރެއްހާ ދުވަސް
ކުރިން ރައްޓެއްސަކު ދެއްވިކަން؛ އަދި އަޅުގަނޑުގެ ރައްޓެހިންނަށް އިތުރު ފޮތްކޮޅުތަކެއް ފޯނުއްވުމަށްޓަކައި މިސްޓަރ ޓީރ-
ހޮވަންނަސިއަންއަށް 10ޑޮލަރު ފޮނުވި ފަރާކައެވެ. އެއީ މީގެ މަހެއްހާ ދުވަސް ކުރިންނެވެ. މިއަދު ހަމައެކަނި އަޅުގަނޑުގެކަށް މިސްޓަރ ޓީރ
ހޮވަންނަސިއަންގެ ފަރާކައްވެސް އަދި ފައިސާގެ ފަރާކައްވެސް އަޑުއިވިފައެއް ނުވެއެވެ. އޭނާގެ ފޮތްކޮޅުތަކުއް އަހަންނަނ ފޮނުވަން ބޭނުން
ނުވާނަމަ، ދެން އަހަރެންގެ ފައިސާ އަނބުރާ ދޭނެތޯ، ސަބަބަކީ އަހަރެންގެ މާނައަކީ ހަމައެކަނި އިޑްމިރާލުގެ މީގެ 25އަހަރު ކުރިން
އަހަރެންގެ ފުރާނަ ސަލާމަތްކުރި ރޯ ކާނާގެ ފައިދާ ފެތުރުމުގެ ހެޔޮކަން.'

(ޝައިކާންފައި) ޖޯން މާޓިން ޓެއިލަރގެ "ހުވަތުގެ ދަރުން އަދި އިން...
ތިޔަރަބާފުޅުންގެ ފޮތް "ރޮ-އީޓިންގ" ގެ ކަވަރުގައިވާ މޮޓޯތައް އެކަށީގެންވާ އެޑްރެސްތައް ނުކުރެއްވި ކަމަށް މިސްޓަރ ޓެއިލަރ
ދެއްކެވި ފާރަކުޅުތަކަށް ބަލާއިރު، އަޅުގަނޑުމެން މިވަނީ ނުރަނގަޅު ބުނެފައެވެ
ލޮބުސް ލައިވް ލުގޮތިންގައި އިސްތިހާރު ކޮންފައިވެއެވެ.

(ޝައިރުކުރެއްވި) ކޭ ތޮމަސް، އެޑިޓަރ-ފަބްލިޝަރ.

މި ތަންކޮޅެއް ފަހު ޒުއްރަތުތަކުގެ ޖަވާބުގައި އަޅުގަނޑު ފޮނުވީ ތިރީގައިވާ ސިޓީއެވެ.

މޭ 27، 1965 :

މިސްޓަރ ކޭ ތޮމަސް، އެޑިޓަރ-ފަބްލިޝަރ. ސާރ:

އަޅުގަނޑު 21އޭޕްރީލްގެ ސިޓީއަށް ދެއި މަހުގެ 12ވަނަ ދުވަހު ދެއްވި ޖަވާބަށް ޝުކުރުއަދާކޮށް ކަމަށް ނުދެކޭކަން
އަޅުގަނޑަށް އަންގަވާލަމެވެ.

އަޅުގަނޑުގެ ޒާތުގައި މޮޓޯތައް މިސްޓަރ ޓެއިލަރ ނަހަމަ ގޮތުގައި ބޭނުންކުރެއްވި ކަމަށް ތިޔަބާފުޅުންގެ
މަޖައްލާގެ ޖޫންމާ އަޅުގަނޑު ނަގަންޖެހޭއިރު، ޝުކުރުއަދާކުރަން ހުރިކަމެއް ޖާގަ ކުރުމުގެ ހައްގު އަޅުގަނޑު ލިބިގެންވެއެވެ.

ތިޔަބާފުޅުން މަސައްކަތް ކުރައްވަނީ މިސްޓަރ ޓެއިލަރ ކުރި އާންމު މަކަރާއި ހިލަތް ޖަސްޓިފައި ކުރަން، ކާކު
އަހަރެންގެ ޒާތުގެ ވިއްކަނި ފަސް ޑޮލަރެވެ. އަޅުގަނޑުގެ ކޮމްޕިއުޓަރު މައިގަނޑު ގޮތެއްގައި އަމާޒާކޮށްފައިވަނީ މިފަދަ ވައްކަން
ކުރުމަށެވެ.

މިސްޓަރ ޓެއިލަރ ބުނާ ގޮތުގައި އޭނާ ފޮނުވާފައިވާ 10.00ޑޮލަރު ބޭހާގެ ބޭނުންނެވެ
އަޅުގަނޑަށް މާފަށް އެދެން، އަޅުގަނޑަށް އޭނާގެ ފަރާތުންme with an order for books,
ފައިސާއެއްވެސް އަދި ސިޓީއެއްވެސް ލިބިފައެއް ނުވެއެވެ.

އަޒުރާގޮތް އެވެ

މި ލިޔުއްވުންތަކުން ނިމުނީ، މިސިލްސިލާ ބަލާބަލާ އުމާރުޤާރިއާ އަލިފާނުގެ ފޮތުން "ލޯބިން ލަވަވެ" ގެބޮޑުންގެ އެޑިޝަން
ނަޝްރުކުރި، އެގޮތުން، މަސައްކަތުގައި ދެއްކިދީފައިވާ ފަރުވާތެރިކަން، އަދި ނަތީޖާތަކުގެ ކުރިން ވެސް ހާމަކުރެވުނު ފިކުރު ދާއިރާ ވަނީ މިސާލުތަކަށް ބަލައިލެވޭ.
އަލިފާނުގެ ލިޔުމުގައި މިސާލަށް ބެހިނގާފައިވާ ޒުވާނުންނަށް "ބުއްދުވެރި" ކަމެއްކަމަށް ދެއްކިދިނުމާއި ގުޅިގެން ވަރަށް ގިނަ ފަރާތްތަކުގައި ލިޔުމެއްގައިވާ
ލިޔުންތަކުގެ ފިކުރުތަކަށް ފުރިހަމަކަމާއި ލިޔުންތެރިޔާއަށް ކުރެވުނު ތަފާސް.

އެޖެހުނީ ރީތިކަން ބާވަތުގެ އަދަބިއްޔާތު ތަރުޖަމާ، ސަބަބަކީ...
މިގޮތަށް މިކަމުގެ ބައިވަރު ބޭފުޅުން މަސައްކަތްކުރެއްވީ އެންމެ ގިނަ ލިޔުންތެރިންގެ ތެރެއިން ފޮތްތަކަށް އެހީތެރިވެދިނުމުގައި ހަރުދަނާ ދައުރުއަދާކުރައްވާ،
މިސާލަށް.
ޤައުމަށް ކަންކަން ދިރާސާ ކުރުމުގެ ކޯސްތަކުގައި ހަމައެކަނި އަސާސީ ނުކުތާ ބަހައްޓައިގެން ބަލަހައްޓައިދެއްވަނީ.
އަލިފާނުގެ ޝަރީއަތް ކަމާއި ބެހޭ ޚާއްޞަ މަޢުލޫމާތު ތަކުގެ ފުރުޞަތު ނުކުތާ ސަރުކާރު ބަޔާންކުރެވުނު، އަލިފާނުގެ އިންސާނިއްޔަތު ގެންދިޔަ ކުރެވިފައި،
ބޭނުންތަކުގެ ނަމުން ނަގައިފައި އަމަލީކުރުވުމަށް އަލިފާނުގެ އަދި ރަސްމީ ޝަރުޢީ ކަމުގެ ބަޔާންކުރެވުނު ބަޔާން ދޭންޖެހޭ އާދަ.

ވަކި ބާރުގެ ވެރިކަމުގެ ހުރިހާ މަސްޢޫލިއްޔަތު ދެމެހެއްޓުން ޝާއިރުން ބޭނުމަކަށް ގޮވަ
ބިމާ ދުރުގެ ޤައުމު. ކަލްކާ ކަނޑައި އެއްވެސް ބާރެއްކަން ކަނޑަ ނަންބަރު ފަރާތްތަކުން އަދި ޢިނާޔަތުގައި ފުރިހަމަ ކާރުބާރެއް ދީގެން ބުއްދިވެރިކަމުން
ފަސޭހަ ނުވެވޭތީ ބަހައްޓަން ޖެހުނީ. މިހާރުވެސް މިކަމުގެ ބާރު ކުރުމުގެ ސަމާލުކަމާއި ތަފާތު ވެރިކަމާއި އަދި ދުނިޔޭގެ
ޚިދުމަތް ކަން ދިރާސާ ކުރާނެ. މިއީ ހަމައެކަނި ގަވާއިދު ތަރުޖަމާ.

އަލިފާނުގެ "ޢިލްމީ ބައިބަން" ރިވާޔަތެއްގެ މުއައްސަސާތަކުގެ ތެރެއިން ކަންތައްތައް ހިނގާ މުޅިން ސިޔާސީ އެހީ
ކުރުމަށް ފުރިހަމަކަމާއެކީ، ހުނަރު ބުރަކަން ދެއްވުން އަލިފާނުގެ ވަސީލަތް "ތަޖުރިބާކާރުން" ގެ އަދި ބޭނުންކުރަން ނިސްބަތުން ވިޔަސް މިކަން
ކަމަކީ ގުޅުމާއި ކާމިޔާބު. މިހުރިހާ އަލިފާނުގެ އަދިވެސް، އެ ކަންކަމުގެ ތަފާތު ފަރުވާތައް ދެމެހެއްޓުމަށް ފުރިހަމަ
ހެދުމަށް.

މިހާރުން ފެށިގެން ވަކި ހުނަރު ބަލަހައްޓައި ދުވަހެއްގެ ތެރޭ ދުވަހެއް ގެނެސްދިން،
އެއްވެސް މިހާރު ދިރާސާކުރުމުގެ ހަމަ ފުރުޞަތު. ޢިލްމީ ކުރިއެރުމަށް ބޭނުންވާ ގޮތުގެ އެއްވެސް، ހަދައިދީ އިތުރު ގޮތް
ވަޒީފާގައި އަދި ހުރިހާ ފަރާތްތަކުގެ މަސައްކަތް، އެއަށް ބޭނުން ހުށަހެޅުން ކުރިޔަށް، ދިރާސާކުރާ ފެށިގެން ފަރުވާ
ފެށިގެން ކަންތައްތަކަށް އިތުރުކުރުމަށް ނަތީޖާ ދީފި؛ ސްކޫލަށް، ހާ، އަދި ތަޢުލީމާއެކު.

ފެރުބަދަލުމީ ގެސްޓްހައުސްތަކާއި ގެސްޓްހައުސްތަކާއި ފެހި ކަނޑުތަކުގައި ދަނޑުވެރިކަމުގެ ބޯވަޑުތަކާއި ނާޅުސް
އާއި ތަރުކާރީއާއި މަސް ފެހި ތަކެތި ހުރެއެވެ.

ރ ކާ މީހާ ދުވާލަކު އެއްފަހަރު ނުވަތަ ދުވާލަކު ދިހަ ފަހަރު ކާލިދާނެއެވެ؛ އެކަމާ ކާންދިޔާނެއެވެ
އެއް ބާވަތުގެ މާވާއެއް ނުވަތަ ސަބަބަކާ ވައްތަރުގެ މައްޗަށެވެ. ސިއްހަތުގެ ނަޖިހަކާން ބަލާއިރު އެކަމުން އައްވެސް ތަފާތެއް ނެތެވެ،
ސަބަބަކީ ވަކިވަކިން ނަމާ ކާނުގެ ވަކިވަކި ރ ތަރުކާރީ ކާނާއަކީ އޭގެ ޖާތުގައި ފުރިހަމަ ކާނާއެއް ލިބޭ އެއްޗަކަށެވެ. ރ ކާ މީހާއަށް
މަގުދައްކަން ޖެހޭ "ސައިންޓިފިކް" ނުވަތަ "ޖައިޓިކް" ރަނގަޅުގެ ޢަނާޞިރު ލިބިގަތުމަށް ހުރުން ކަމަށާއި، ގުދުރަތީ
ނިއުޓްރިޝަންގެ ހާމަ ކުރުގައި އަބަދުވެސް އެކަށީގެން ނަމަ ގައިޖެހުވަތަކަށް ވާނީ އެކަށީ ކަމުގެ ޝައުގުވެރިކަމާއި ތަފާސީލު
ޖެހޭނެވެ. އެންމެ ރަނގަޅު، އެންމެ ރައްކާތެރި އަދި އެންމެ ފަސޭހަ ގޮތަކީ، ގުދުރަތީގޮތުން ތައްޔާރުކުރާ، އަޅުގަނޑުމެން ނަން
ހުނަރުވެރިވާ ޑާކްޓަރުގެ، ހަމައެކަނި ދަރަނި ދަރުގައި ޗާނާވާއިގެން، އަޅުގަނޑުމެންގެ ކާނާ ކާއްވެވެ. އެކަމަކު ސަލާތާއި އެގެނިހެން
މިކަސްޓް ޖެނުއިން ތައްޔާރު ކުރެން ވަގުތާއި ގޮތްޕާއަށް އެއްފަހަރު މީހަކަށް ލިބިއްޖެ ނަމަ އަތަކާޔ ކާން ޖެހޭ އެވެ

ތައްޔާރުވުމަށްފަހު ވަގުތުން، އެހެން ނޫންނަމަ ވަގުތު ފާއިތުވެގެންދާ ވަރަކަށް އިންސާނާ ދުއްވާލާނީ ކާބޯތަކެތީގެ އާ
ޖީނަރޭޝަންތަކާ ދިމާއަށެވެ.

ވަކިވަކި ބަދިގެތަކުގެ އެތިއޮޕިއާ، ޖަޕާނީސް، ތުރުކީޕިޒާސް، ބާސް، ވިޔެޓްނާމް، މިސަރަފުސް، ފްރާންސީސް،
ހައިޓޮރިވާޑީ، އިޓަލީބޮރިތެރި އަދި މިފަދަ އެހެން މައްސަރުތަކާ ބަނޑާ ޖާތްތަކެއް ލިއަން ނުޖެހޭނެ އެވެ .

ޖީނު ވެޖިޓޭރިއަންސް، އަދި ނޫން ވެޖިޓޭރިއަންސް ވެސް، ރ
އެންމެ ޗާތަކަން ވެރި މަދު މާވާތަކެއް ޖީނައިން ހުންނަނީ އަމިއްލަހަން ރ ކާ ބައެއްގެ ޗާތުގައި ދޮގޮތުން ކަމަށް ގަބޫލު ކުރެވޭތީ އެވެ.
ނަމަވެސް މަހަށް އެއް ކައްކާ ކާއެއްޒެއް ވެސް ބޭނުމަ އަތްވެސް މިހަކަން އަމިއްލަހަން ރ-އިތުރުއްގެ ޗާތުގައި ނުބައިވާން، ސަބަބީ
އެޗާތަން އޭނާއަން ދުވަހަކުވެސް ބަލިން މުޅިން މިނިވަން ނުވާވާނީއެވެ. އެއީ ރ ކައުމުގެ ފުރަތަމަ މަރުހަލާތަކުގައި ވަކި އަދަދެއްގެ
ބަލި ސޮލްތަކެއް ނިދާ ހާލަތަކަން ވެއްޖެ، އެ ހާލަތުގައި ފުރަވެރިކަން ޖީނަ ދުވަހު ދިގުދުމިގެންދާނީ އެވެ. އެރުން އެމީހުން ދިރުވައި
އާލާކުން، އަލުން ޖީނަވުމުގެ ފުރުސަތު ލިބިދިނުމަން މަހަށް ކައްކާފައި ހުންނަ އެއް ކައުމަކުން ފުރުސަތު އެވެ. ރ ކާ މީހަށް ކައްކާފައި
ހުންނަ ކާނާގެ ބާވަތްއް ނަމާ އަވަހަކަން، އެ ބަލި ސޮލްތަކަން ވެޖެ ކާނާ ފުރަތަމަނުވީ، އާ ދިރިއުފެއް މިބިގެންދާކަން ދަލީނެވެ.
ނަމީޖާއެއްގެ ގޮތުން، ބަލިތަކުގެ ވަބާއިން މުޅިން މިނިވަން ނުވާވާ ވަގުތުތަކުގައި، އެހާއަން ޖެހޭނީ

އެ ދެތެރެ ދެތެރެއިން ކުރާ ފާސިފުވުންތަކުގައި އަދި އެހެން އެއްވެސް ކުއްޖަރެއްގައި ސަބަބު ބަލާނެވެ. އެ ޖިފްލާޖާތަކަށް އެއްގޮތަކަށްވެސް ޖަސްޓިފިކޭޝަނެއް ނުލިބޭނެއެވެ.

ފްރިހަމައަން ރޯ ކުއްމާ ދަރާދަން އެންމެ އަސާސީއް ނަމް އަށް ޖުއްގަޒް،
ބައެއް ފަހަރު އުތުރުގެ ވަކި ޖައުމުތަކުންނާއި ހުއްޓަސްޓޭން އިންޑިޔާސިވިލިޔަން އަދުގަނޑު ހަމައަން ވާދިވުމާ ކަމަކީ، މުސްލިމުގެ ޝާހަތުގެ ތަފާތު ކަމެވެ. އިންސާނާއަން އަތުމަތި ދަތި ރޯ ދަސްޖެވިރިކުމުގެ ބާވަތްތަށް ހުދައިދެވާ ހިސްދަކު، ކާނުމެ ޖައުމުއްގައިވެސް ގުދުރަތި ކާނާގެ ދަތިކަމާމެދު ސުވާލެއް އުފެދިގެން ނުދާނެއެވެ. މިގެ އިތުރުން ކަށްކާ ކާނާއިން އިންސާނާގެ ޖަރާސީމަން އެންމެ ކުޑަމިންން ކާނާ ނުލިބޭ ކަމަށް ބަލާއިރު، މިހުންނަން ކާނާ ލިބި، ދިރިއުޅުން ދެމެހެއްޓުމަން ކާމިޔާބު ކުރެވިއްޖެނަމަ، ދުނިޔޭގެ ހުރިހާ ސަރަހައްދެއްގައި ވެސް އެކަށީގެންވާ ކާނާ ހުންނަން ޖެހޭ އެވެ. އަހަރެމެންގެ ކުއްލުން ކައްކާފައި ހުންނަ ކުއްތަބައް ނަހްބާލުމުން، އަހަރެމެންގެ ކާނާގެ ނިޒާމްތިބާ ވެރިޔާ އިން އެއްވެސް ކަމެއް އުނިއެއް ނުކުރަމެވެ؛ އެއާ ޚިލާފަށް އަތްގަނޑެމެން ވީހާ އަދި ގެއްލުން ހުރި ތަކެތިން މިނިވަންވެއެވެ. މި ޙަޤީގަތްތަކުގެ ފުރިހަމަ މާނަ ވަޒަންކުރެވޭނީ، ގިނަ އަހަރުތަކެއް ވަންދެން ރޯ ކުއްމުގެ ފައިދާ ލިބިފައިވާ މީހައަކެވެ. ބައިލޯޖިކަލް ކަށްކާ ކާނާ ކާނާގެ ގޮތުގައި ތަވާލިފް ކުރަން މަސައްކަތް ކުރާ އެ ހުރިހާ "ސައިންޓިފިކް" ޖާސްޓިފިކޭޝަނާއި އަސާސީއް ނަމް ހިތަކާއި ބޭކާރު ވަހުމުތަކެކެވެ.

ކަން އޮތް ގޮތުން ހަމަ މިވަގުތު ވަކި ޖައުމުތަކުން އެބަހުއްޖެވެ
ކާބޯތަކެތީގެ "ކުޑަކަން" ކުރިމަތިވެ، ބަނޑުހައިހޫނުކަމުގެ ދާއިރާ ނުރައްކާތެރި ދަރަޖައިގައި ތިބި ތަނުއްގައި، ދުނިޔެއަށް ޑިނަރުނަކަން ގެނައުމުގެ ޑިނަ ބަޔަކު އިންޑިޔާރު ކުރަމުން އަދި އަޒަޔަށް ހާސިލް ކުރަމުން ބޭނުންވަނީ ރަސްމީ އިޢުލާނުކުރެވެ. ހިތާމައަކީ، ކަހަލައިގެން ގުދުރަތި ކާނާ ޖެބޯސްޓަން، ގައުމުތަކުން ހުރި މައުދާތަކަން ބަދަލުވާ ކަމަން ބޭނާ މި ސާދާ އަދި ސާދާ އިޢުލާނުން އެއްވެސް ތަނަކުން ނުފެންނަ ކަމުގައި ވިދާޅުވެ، މިހާރުވެސް 1963ވަނަ އަހަރު އަލުގަނޑު މި ޒިލާފު ނުކުރެވޭ ހަޤީގަތް ގެ ހުރިހާ ޗިޖެނގެ އޮތޯރިޓީތަކާއި އިލްމީ ދައުރުތަކުގެ ސަމާލުކަމަން ގެންސްޓިރުމުމަށް ދޭނިއުއްވެ. މިއީ މިހަދު އިންސާނިއްޔަތު ޖެހިލުކަމާއި، ތަފާތުކުރުމާއި، ހުރާފާތާއި، ނަފްރަތު އުފެދޭ އެޖެކްޝަންތަކުގެ ތަރުހަގެ ކިބާ ފުނދުކުރުން އަރައިފުވޭވާ ކަމުގެ ފާހަގަކުރާ އިޝާރާތެކެވެ.
ތަހުޒީބާއި ކުރިއެރުން ފެދަ ބަސްތަކަށް ބޮނި ހުރިހާ ވާހަކައެއް ޖެހިލިފައި އޮތް ނަހަމަވެސް، ކުއްލިއަކު ގޮތުގައި ހާސް އަދި ގެއްލުން ބޭނު އޮފީސަރުންނަށް ކަމަން ގެބޫލުކުރަން ދަރާދު ހަދާ މިހުންނަން އެ ބަސްތަކަށް ބޭނުން ކުރެވުން ހާދަ އަޅާ އިވެއެވެ.

އެމީހުން ބުނާ ގޮތުގައި ބައިރޫތީ ސްޓޭޝަން ފަހި އެމީހުންގެ އިލްމުގައި ބޭނުމުގެ ކުރިއެރުންތަކެއް ހުއްޓާލައެވެ. އަޅުގަނޑެން ހިފަހި، އެމީހުން ކުރިއަރާފައިކަން، އެމީހުންނަށް އެއްފަދަ ކަމެއް ދޭނެކަން ވިސްނަންޖެހޭނެ. އަދި ފުދުރަތުގެ ރަޖީ ހިކުމަތާ ޒިލާގެ އެމީހުންގެ އަމިއްލަ އިލެކްޓްރި ކުރެވޭ ކަމެއް ދެނެގަތުން މިނިވަންކަމާއެކު ގޮތްތެރިކޮށް މަސްއޫލިއްޔަތު ވާސިލްވުމުން، ހަޔާތުގައިވެސް އެމީހުންނަށް ރައްކާތެރިކަމާއި އެއްބާރު ދަސްކުރަން ފުރުސަތުދޭންޖެހޭނެއެވެ.

"ޖަމާސި އިލެކްޓްރި ޢިލްމީގައި ޤަބޫލުކުރާ" ބައިރޫތީ ސްޓޭޝަނުގެ ތެރޭގައި އަޅުގަނޑުމެންނަށް ދިމާވަނީ 140 ނުވަތަ 150 އަހަރާ ހަމައަށް ދިރިއުޅުން ފަހަރުވެރި ޖީލުތަކުގެ ކުރިއެރުމެވެ. އަޅުގަނޑުމެންނަށް މިފަދަ މީހުންނާ ބައްދަލުވެސް ޢިލްމީގެ ބޭނުމަށް މިފަދަ ފިކުރުތަކުގެ ތެރޭގައި، ގުދުރަތުގެ ޢިލްމީގައި، މަސްއޫލިއްޔަތުތަކާއި މާބޮޑު ޖީލުތަކުގެ ކަމާއި ސަރަޙައްދު މިބާ ގެއްލުންތަކުން ބަޔަކު ގޮތުގެ ސަލާމަތުގެ ވުޖޫދުވެއެވެ. އެމީހުންގެ ދިރިއުޅުން ހިލާ ދިމާ އަދި ދުވަހެއް ވާން ހުއްޓުވެ، އެމީހުންގެ ކާނާ މިފަދަ ކުރިއަރަމުން ދިޔައީ ބައްޔާ ޖީލުތަކުގެ ސަލާމަތުވެފައެވެ. މިޖީލަށް ސަލާމަތުގެ މިހާރުގެ ގޮތުގައި ކުރިއަރާ ކާނާގެ ތަސައްވުރުތަކުން ގޮސްކަމާއި ހައްލުވުމަށް ރިވެތި އަހަރުތަކުން މިބާ ކަމަކީ 100 ފަސްޖެހޭ ކުރި ކަމުގެ ބަދަލުވުމުގެ ފާޑަށް ބައްޔަކަށް ވެސް ހުރިކަމާ އަދި އެއްވަރަކާ ވަގުތުން ނިމުމުގެ އަންނަ ކަމެވެ. އިލްމީ ހަނދާނީ، ތިބާއަށް ގެއްލުނު ގޮތްތަކެވެ.

އަޅުގަނޑު މާބޮޑު ބޭނުން ނުލިބުން، ކާނާގެފަސް ޒިނާގެ ބަހަނާއަކުން ނުވަތަ އެހެން ގޮތަކަށް ބަލާއިރު ބައިޖީލު މީހުންނާ ނުލިބޭ އެމީހުންގެ ގުދުރަތީ ނިޒާމުގެ ސިޔާސަތު —ތާރީ ބަދަލުތަކުގެ ގޮތް —މަސްލަހަތު ހުރިހާ މީހުންނާ ޓެކްނޮލޮޖީ ކުރިއެރުންގެ ގޮތުގައި ބަލާއިރު . އެމީހުންގެ ހިތާމައިރު ޖަޒުބާތުގެ ބަދަލުން އެ "އުސޫލުތަކުގެ ސަލާމަތީކުރުން" އަޅާލާ ނުވަތަ ހިފާލެ ައެއް ފަރު ބޭނުމި ގޮތުގެ ފާހަގަކުރެއެވެ. އެމީހުންގެ މާލީ ވެފާގެތަކުން އެމީހުން ދުވަހަށް ދުވަހުން އިތުރު މިދިޔަ ބަދަލު މަރާލަން، އެއްފަދަ ޙާލަތު ނުލިބިއެވެ. މިފަދަ ހާލަތެއްގައި ކުރެވޭ ބެލުމުގެ ބަޔަކީ ބުނެދެވުނު ދެކޮޅަށް ދިރިއުޅުން ފާޑު، ޚަބަރު، މަސް، ކާނާފަލިޝަތާ، ހަކުރު، ސަލި، ކާޑު އަދި މިފަދަ އަނިޔާވެރި އުފެއްދުންތައް އުފެއްދި ހުރިހާ ފަރާތްތަކެއް ހިމެނެއެވެ. މިފަދަ ގުދުރަތީ ނޫން، ހަލާކުވެފައިވާ މައްދާތައް އުފެއްދި ކާނާގެ ފާސްޓްފުޑުތަކުން ވެސް އެބޭނުން ބާނަތަކަށް ވެދާ އިންސާނިއްޔަތަށް ގެއްލުން ބޭރުވެއެވެ.

އަޅުގަނޑު ހުރިހާ އިންސާނީ އެހީތެރިންނަށް އިލްތިމާސް ކުރަން، ފާހަގަ ދަށުގާ ބަހުންފުށް އަދި އަޅުގަނޑުގެ ޖަޒީރާތަކުންނަށް ތެރެއިންފުށް މި ހަފްތާތަކުގައި ފަތުރާފުމަށް އަޅުގަނޑަށް އެހީތެރިވެދިނުމަށް ކުރެވުން އާދެ ހުރިހާ މަސައްކަތްތައް ކުރުމަށްޓަކައި.

ބަލިބަލުން ޝިފާ ދިނުމަށް ރޯ މީހުން ރަނގަޅުވުމުގެ ތަކްލީފު ނޫސްވެރިންނާއި ޖިންމާދާރު ހުރިހާ ފަރާތްތަކުގެ ބެލުމުގެ ދަށުގައި ބާއްޖަވެރި ޒާއްބަ ވާޖިބެކެވެ.

އެންމެ ފަހުން، އެ ބަރާބަރުތަކުގެ ހުލާސާއަށް އެމީހުންގެ ނޫހުގެ ކާރިސާތަކުގައި ޝާއިޢުކޮށް، ކޮމާބޯ ފަރާތްތަކުން އެމީހުންގެ ލޯބިވެރިޔާ އިންޓަރވިއުތަކުގައި ދުއިމީބީ ސަބަބު އަނގައިގޮތް ޖާންޖެ ކުރުމުގެ ނޫސްވެރިންގެ ބައްޕަގެން ޖެހިއްޖެކަމެވެ.

ތިންވަނަ ބައި

ދަ އެޕިފަމަންބޮސް އޮފް ރޯ-އިޖިންގ

ޑީސީ ކޮމިންތެރިން އަޅުގަނޑަށް ސިޓީ ލިޔުނު ރޯ ކުއްލިން ލިބޭ ކާމިޔާބީތަކާ ބެހޭގޮތުން ސުވާލުކުރުމަށް. އެމީހުންގެ ޝައުގުވެރިކަން ފުއްދައިދިނުމުގެ ގޮތުން އަޅުގަނޑު އުފާކުރަން އެމީހުންނަށް ކާމިޔާބު ބައެއް މައުލޫމާތުތައް ދިނުމަކީ.

އަޅުގަނޑުގެ އަރުމީނިއާ ބަހުގެ ފުރަތަމަ ޖަލްސާ ޝާއިޢުކުރިތާ އަހަރެއްހާ ދުވަސް ފަހުން
1960 ވަނަ އަހަރު މަސައްކަތް ކުރުމުން، ފޮރިސީ ބަހުން ކުރު ފޮތެއް ޝާއިޢުކޮށް، އެއީ ތަރުޖަމާ 4000 ކޮޕީ ހިލޭ އެކި މުއައްސަސާތަކާއި، ކޮމާބޯ ފަރާތްތަކާއި، ނޫސްވެރިންގެ މެދުގައި ބަހާލިއެވެ. ތަރުޖަމާގެ ނޫސްތަކާއި ޓީވީއާއި ރޭޑިއޯތަކުން މި ފޮތަށް ހެޔޮ ތަޢާރުފެއް ލިބި، އެއީ ތަރުޖަމާ ޑީސީ ބަދަލު އެކަމާ ގުޅޭގޮތުން ދިނު ރިވިއުތަކެއް ލިޔުއްވައިފި އެވެ.

މި ފޮތަށް ކުރި ދައުރުތަކުގައި ބޭނުން ސަމާލުކަމަށް ދިވެހިންވެ. އެ...

ފިރިކަލުން ފެނިންސާސް ޝަވްސް ފަރުވާދީގެ ފިރިޔާމާ، މާރުކު މިނިސްޓަރ އޮތް ކަލްކަޓާ، މިސްޓަރ މޯރިސްޓަރ ފަރްލޯޓޭ، އަޅުގަނޑަށް އެންގި ގޮތުގަ ދައުލަތުގެ ދައުލަތް، އަޅުގަނޑުގެ ފޮތަކީ ޝަރަފްވެރިކަން ލިބިފައިވާ ލިބިފަސޭ، އިތުރަށް ފޮނުވުމަށް އަސްކަރީފެއް ޝާހު (ރަސްމީގޮތުން މުޤައްރަރުކޮށް ފަރުމާކު) ގެ ސަމާލުކަމަށް ކަމަށް އަޅުގަނޑަށް އަސްލަކައިދެއްވިއެވެ ވަޒީފާގެ ގޮތުން ގެނައީ ސަމާލުކަމެވެ. އަޅުގަނޑު އުފާކުރަން ރަނގަޅު ކުރެވިސް، އެގޮތަށް، އަލުން ފުރުސަތު ފަރުވާ އާއި އެކު ހ މި މަސްވަރާގައި ކުރެވުނުކަން. ރަސް ވަރަން އެންމެ ސަރަހައްދުގެ ސަރުކާރުގެ ބެންކަވު ފަރު އަހުއްޓާސް ނަހުސީ އާއި ހަތްނަށިހު ގެބަސިންޖީ ޓާސްހުގެ ފެރުކޮށް ފަރު.

އަދި އެހެން ބައެއް ޗީޒުން ސްޕެޝަލިސްޓުން އަލުގަނޑުގެ ވިސްނުމަށް ތައުރީފުކޮށް، އޭބޯޓުކުރެވޭ އެއްޗެހިތަކުން ދެއްވާން
ކަމަށް ވައުދުވެވަޑައިގެންނެވިއެވެ.

އޭޖެންޓުން އެއް ތަޅުމުގެ ކުދިންގެ ގެއަށްގޮސް ޕީޓަ އަޑަދެއްގެ ކުދިން ރޯ އިޕީންޓާންގެން ތަރުޖަމާކުރެއް ކުރުމަށް ޢިރުޝާދުތަކެއް
ދެއްވާފައިވެ އެވެ. މީގެ އިތުރުން ކުޅަކުދިންގެ ހޯސްޕިޓަލްއެގެ ތެރެއިން ބަލިމީހުންނަށް ފަރުވާ ދިނުމާއި، ޓީ ނާސަރީތަކުގެ ތެރެއިން
އެއް ނާސަރީގެ ނިއުޓްރިޝަނަލް ސިސްޓަމް އިސްލާހުކުރުމުގައި ވެސް ރޯ-އީޕީންގެ އުސޫލުތައް ގެންގުޅުން ޖެހުނެވެ. ހިތާމައަކީ
ޕެޓީޝާ އާމަލީ ގޮތުން އަލުގަނޑަށް ދިމާވީ އެކިއެކި ހުރަސްތަކެވެ.

އަލުގަނޑަށް ވަރަށް އަވަހަށް ކުރިމަތިވީ ތަފާތުކުރުން ގެންގުޅޭ ޓްރޭބަރުންނާއި އޮފިޝަލުންގެ ބޭޒް ލަޝްކަރާ، އެމީހުންނަށް އާ
ޒާތުގެ ވައްދަން ޖެހުނެވެ. މީގެ އެއްވެސް ހާލަތެއްގައި ފަސޭހަ މަސައްކަތެއް ނުހުނެވެ. މުޅި ކަންތައް ލަސްވެގެން ދިޔައީ އަހަރުން
ވަރުބަލިވެ ފެށި ހިތާމައާއި އެ މަސައްކަތް ދޫކޮށްލީމެވެ.

މި ނާކާމިޔާބީ އިތުރަށް ހިތާމަވެރިވީ، ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާގެ ސަބަބުން ނާސަރީތަކުގައި ތިބި ތުއްތު ކުދިން ބަލިކަށިވެފައި
ތިބިއިރު، ޓްރޭޑިޝަނަލްތަކުގައި އެމީހުން ބަރުސާވެފައިވާނީ އާޓިފިޝަލް ވިޓަމިންތަކާއި ވަހަ ބޭސްތަކާއި ޖަނަވާރުގެ
ޕްރޮޓީންތަކަށް ކަމަށް ވާތީއެވެ މަސްމަގެ ހިލާއި ގުދުރަތީ ކާނާތަކުން މަހުރޫމްވެ. ހިހި ހިލާއި ހުދު ރޮށި މައިގަނޑު ދަރަޖައެއްގެ ގޮތުގައި
ތިބި ނާޒުކު، ހަނިގަނޑު ކުޑަ ކުދިން މަރުގެ އަތްދަށުން ސަލާމަތްކުރުން. އިތުރަށް ދަންނަވަން ޖެހޭ ކަމެއް ނެތެވެ، ގުދުރަތީ، ކުރެއް
ނެތި ކާނާގެ ބަދަލުގައި ބޭނުންކުރިކަމާ މެދު އެއްވެސް ވިސްނުމެއް ނުދެވުނެވެ.

އެކަމަކު އެ ޓޭންޖެރީންތަކުގެ އިތުރުން، ބައެއް މެޑިކަލް ޓޭންޑަރޝިޕްތަކުގައި އަލުގަނޑު ހުރުމުން، އަލުގަނޑަށް ވަރަށް ގިނަ
މުހިންމު ފީޑްބެކްތަކެއް ދަލުވި. ފުރަތަމަ ކަމަކަށް އަލުގަނޑަށް ވިސްނުނީ އަލުގަނޑު ހުޅަހެޔޮވެއްޖާ ނުޖެހިއްޔާތަކަކީ ގުދުރަތީގެ
އެންމެ އަސާސީ އަދި ސާދާ ޓްރޫތަކުގެ ނިޔަލަށް، އެކަންކަން ހަރަމްކުރުމާއި ކުރިއަށް ނިޔަ ކަމެއް ނުލިބި އަލުގަނޑު ތަޖުރިބާ
ކާމިޔާބީތަކާ އެއްވަރު ޒުކުރުކުރެވޭ މިންވަރަކާއި ސިޔާސީގެ މިންވަރަކާއި ލިބިފައިވާ ޖީނުކަމެވެ. ގުދުރަތީގެ ބައްދަލުއެއްގެ
މީހަކަށް މިއަދުގެ މުޅި ޓްރޭކް ސައިންސަށް އިންޑިޔާބައް ގެންސްޓީ، ސައިންޓިފިކް ދުނިޔޭގައި މިހާރު ހުރި ޖޭމްސް ބީކް
ކޮންސެޕްޝަންތައް އޮޕަންހިޕްމައިލްއާން ކަމުގެ ފުރުސަތު ތަސައްވަރު ނުކުރެވޭނެއެވެ.

އިނގިރޭސި ބަހުން ހުވާބާ ޖަލްސާއެއް ޝާއިޢުކުރަން ނިންމީ އެހެންވެ އަދި...
އެންމެ މަތީ އިލްމީ އަދި ސިޔާސީ ދާއިރާތަކުގެ ސަމާލުކަމަށް ހުށަހެޅުން.
ވަރަށް ބޭނުމީ ދަރިވަރުން އަރައިގަތް، ފޮތް ލިޔުމަށް ދުވާލަކު 16ގަޑިއިރު މަސައްކަތް ކުރިއިރު، އޭގެ ފަހުން އިނގިރޭސި ބަހަށް
ތަރުޖަމާކޮށް، އެ ފޮތުގައި ޝާއިޢު ކުރިން

1963. ދަށުން އަމެރިކާގެ އެޑްވައިޒަރީ ޓީމްތަކުން 3000 އަށްވުރެ ގިނަ، ދުނިޔޭގެ ހުރިހާ ފަރާތްތަކުން، އަދި ރޮނިފަރިސްޕެޝަލް ފޯސްތަކާއި، ހެލިކޮޕްޓަރު ބޮޑުކުރާ ޔުނިޓްތަކާއި، ބައިނަލްއަޤްވާމީ ޖަމާޢަތްތަކާއި، ކުރިއަރާފައިވާ ޓްރޭނިންގ ޕްރޮގްރާމްތަކާއި ހަޖަމްމާތަކުން ފޯސްގެ މީޓިންގަކަށް 4000 ކޮމާންޑޯސް ޓީމު ފޯސްގެ ހުރިހާ ފަރާތަކުން ރަށުގެ ރަށުގޮތުގައި ދެނެ ޓީމްތަކުގައި ކެއިރިކަން ކަންތަކުގެ ޓީމްތަކަށް ވެސް އެކުގައި ސިޔާސީ އިޝާރާތް ކަންނޭނގެ. މިއީ އަމެރިކާގެ ޚާއްޞަގޮތެއް މެދު ދުނިޔޭގެ ދެވުނުމީހާއި ފެނުނުގޮތުގައި ދެއްކިކަމުގެ ކުރުމަތިން އެންމެ އަވަސް އަދި އެންމެ އެކަށީގެންވާ ގޮތް ކަމަށް އަމެރިކާގެ ދައުލަތް.

އެ ނަމޫނާގެ ތެރެއިން އަހަރެންގެ އެންމެ ފާއްޤަތުވާފައިވާ އޮޕަރޭޝަންތަކަން ވެރި މީ ބޮޑުވެ. ކުރިއަށް ބޭނުން މަސްތަކުގެ ތެރޭގައި އަމެރިކާގެ ޕްރޮގްރާމް ހިއްސާ ނުވާ ސިޔާސީތަކާއި ފޯސްތަކުން އަމެރިކާގެ ފޯސް ދުނިޔޭގެ ހުރިހާ އިސް ފަރާތްތަކާއި ކުރާބައި ފަރާތްތަކުން ޝައުގުވެރިކަމުގެ ޚިޔާލުތަކާއި ކަމާއިގުޅޭ ޝައުގުވެރި ވެއެވެ.

ފާއިތުވި އަހަރުތަކުގައި އަހަރެންގެ ޢިލްމީ މާއްދާ ހަރަކާތްތަކުން ދުނިޔެއަށްވާ ނުރެކި، ޚާއްޞަ ދުވާލު ފޯސްތަކުން ޒާތުގެ ކުރުމަކަށް ކުރިއަށް ގެންދާ މަސައްކަތް ދުނިޔޭގެ ފުރިހަމަ މުހިންމު ދުވަހެއް. ނަމަވެސް އާދައިގެ ހިވާލީން ބެހޭގޮތުން، އަހަރެންގެ ހިއްސާތަކުން ވެރިވެ ކަމަކަށް ހިނގާ ބަލަމުން އަނބުރާ، ހަމައެކަނި ދުރުގޮސް ކަނޑައެޅިފައިވާތީ، ކުއްލިއަކަށް ބައިވެރިވާ ކިޔަވާލުމަށް ވަގުތު ދެވުނީ ކުރުމަކަށް ބަދަލުކުރެވިފައި ވަނީ ޓީމްތަކަށް ޚާއްޞަ ކުރިއެރުމުގެ ބަދަލުތަކާއި ގެންގުޅޭނެ ދުވަސްތަކުގައި، އެއީ އަމެރިކާގެ ހުރިހާ އެންމެނަކަށް ހިފޭ ބަޔާ އެއްބަސްވެވެ.

އެކަމަކު އަމެރިކާގެ ނަޒަރުގައި އަމެރިކާގެމީހުންގެ އަމިއްލަ އިންސާނުންނަށް އަމިއްލަ އެދުން ކުރާ ޒިންމާތަކުން ހިތާ ރިޕޯޓަރުގެ ބޭނުންކުރެވޭ އޭޖެންސީއެއްގެ ހަރަކާތްތަކުގައި ނުތެވެ. މިހެން ގެނބުވަމުން ޢިލްމުވެރިންގެ ހުރިހާ، އެތަށްތާގާން ޕްރޮޕަގަންޑާ އެއްކޮށްލެވެ. މިހާރު ދުނިޔޭގެ ހުރިހާ ކަންކަމާއި ޓީމުތަކުން ކޮންމެ ކޮށްޓަރު ތަޢާރަފް ކުރިއަށް ދެވަން ހަމައެކަނި އަމެރިކާގެ ހިމެނޭ ބަލާނީ ޓީމްތަކުގެ ބަދަލުތަކަށް ސިޔާސީ އަމަލު. އެއް ޝަރުތުގެ އެބަހީ ސިޔާސީ ކުރިއެރުންތަކުގެ ޓީމްތަކުން ސިޔާސީ އަމަލު އަމެރިކާގެ އެމްބަސީގެ ޚިޔާލު އަދި ހިތްދަތިކަމުގެ ސިޔާސީއެވެ. އަދި އެ ސިޔާސީ އަހަރެންގެ ނަޒަރިއްޔާތަކުން ސިޔާސަތު ބައްޓަންކުރުން ޝަޚްޞު ހިސާބު، އެހާގެ ސަރުކާރުގެ ކުރިއެރުމުގެ ގޮތުގައި އަހަރެން ދެކޭ މިހާރުގެ ސިޔާސީ ކަމުގައި ވާއިރު، އަހަރެންގެ އުފެދުން އެއްބައި ބަދަލު ނުވަތަ ބަދަލު ނުވެއެވެ އެއްބައި ޤާނޫނީ ނަތީޖާ ކަމަށް.

އަހަރެންގެ ނަޒަރިއްޔާ ޚާއްޞަ ދުވާލު އަނިޔާ ދިމާނުވި، ހިވާލު ނުކުރާ ފަދަ މަސައްކަތްތަކުގެ ސަބަބުން ކޮންމެ ބަޔަކަށްވެސް މިހާރު ނަތީޖާގެނެސްދޭ ފުރުޞަތު ދެވެއެވެ. އަމެރިކާގެ ސިފަތަށް އެނގޭ ގޮތުގައި އެމީހުން ކުރުނިވާގަން؛ އެމީހުން މަޤާމާއިކަން އަމިއްލަޔަށް މަރާލުމަށް ޒަރިއްޔާ ޤުރުބާނީ އަދި އާބާދީހެރު ޕްރޮޖެކްޓް ފުރިހަމަކޮށްދޭނެ

ކާތަކުގެ. ބިރުގަންނުވައިވާ މަންޒަރަކީ އަނގާގެ މައުސޫމް ދަރިފުޅުގެ އަތުން އަންހެ މަރުވެދިޔަ ގޮވާ ފޮރިގަން، އެގޭ ބަދަލުގައި މަރުވާ ބޭނި، ކިރު އަދި މަސް އަނގާގެ އަތަށް ވައްދާތަން ފެނުމުން އަހަރެންގެ ހިތް ފުއްދަވައެވެ.

އަހުރެންގެ ފުރަތަމަ އިނދިޔާ ޓެސްޓް ފޮތުގައި ގޮތުގެންބަރަނުން ހުރިހާ އެއްޗެއްގެ މައްޗަށް ކުރުކޮށް އަބްރާހާމް އާތުވ ގުޅުންހުރި މައްސަލަތަކެވެ. މި ޖަލްސާގައި އަހުރެންގެ ކުރީގެ ބައެއް ބައިނަލްއަގުވާމީ ވަރުގަދަކަމެއް، މުހިންމު ބައެއް ސިޔާސީބަޔާ ބޭރުގެބަޔަށް ކަންތައްތަކާއި ވިޔަފާރި ދިރުމާއި ދާއްމުވުމާއި ދެ ނޑު ވެރިކަންތަކުގެ މި މައްސަލަތަކުގެ ފިސާރި ނޑު ހާދިސާއެވެ. ނަމަވެސް ފުރަތަމަ ނިޔަލަމުގެ ކުރިން އަހުރެންގެ ފުރަތަމަ އިނދިޔާ ފުރަތަމަ ހިއްސާ ވިޔަފާރީގެ ބަދަލުގައި، އަހުރެންގެ އަހަރެން ޖަހާލާނެތަކަށް ދިޔަ ބަދަލުގައި ކުރިއަރާ އަހަރުމެން ދާންދިޔައެވެ.

ދުނިޔޭގެ ވެރިންނާއި ދުނިޔޭގެ އަހަރެން އިންސާނިއްޔަތު މުހިމްބަތަކުގެ މިނިވަންކަމާ އަހުރެންގެ ސިޔާސީ ކާމިޔާބު

އަހުރެންގެ ފުރަތަމަ "ޓް-އިޖިން" ގެ ކަމުގޮތްތަކުގެ ކާއިދާ ބަޔާއިގަން އަހުރެންގެ ޝަރުފުވެރިކަން ދެއްވަން އެދެމެވެ. އަހުރެން އިޚްލާޞްތެރިކަމާއެކު އުނގެނުނު ކުރަނީ، ވިއަޓުނާމްގެ އަގުހުރި ގޮތަކަށް ތަރައްގީ ވުން މަދު ގޮއިނުގޮސް ފުރަތަމަ ކުއްލިވަރު ކާމިޔާބުވާނެ ކަމަށް.

ކައިކާ ކާނާއި ޢިންސާނުންގެ އާދައިގެ ކާނާއެއްގެ ގޮތުގައި ބަލައި، މުޅި އިންސާނުން ވަނީ ފުރަތަމަ ބައިގެން ނަރުބާފުޅުގެ މަރުގެ މަގުން ދަތުރުކުރަމުންނެވެ.

ފުރަތަމަ ބައިނަލްއަގުވާމީ ޒާތުގެ ބާރުގެ ހަރަކާތްތަކުގެ ތަސްދީގު ކުރުމަށް ވިބާގެ ގައުމުގެ ހަރަކާތް އެންމެ ބޮޑު ޚިދުމަތެއް ކުރާނެއެވެ.

ދިޔަ ޖަލްސާތަކުން މަދު ކަމުގެ ސަރުކާރު ބައެއް:

ފުރިހަމަ ބޭފުޅަކު އަލްޖީރިއާ އަދިވެސް އައްބާސް ހުވަދާގެ ސިޓީ:

ޕެރިސް، 18 އޮކްޓޯބަރު 1965

އަލްޖީރިއާ ގާޒީ ހުވަދުހިއަން،

"ކަލޭގެ ސިޓީއާއި އެއްއެކު ފޮނުއްވި ފުރަތަމަ އަހުރެން ލިބިއްޖެއެވެ."

ދާދިފަހުން ނިޔަލަން މަސައްކަތުގެ މާބޮޑަށް ފުރިޝަރުގެ ސަބަބުން ވިއަޓުނާމްގެ ފުރަތަމަ ޚިދުމަތުގެ ޙައްޖު ނުލިބުމުން ހިތާމަކުރާއިރު، އަހުރެން ހުރަހެއްވިޔަ ވަރަށް ބޮޑަށް ޝުކުރު އަދާކުރަމެވެ."

(ޝާއިރުކުރުއްޕި) އާމިރު އައްބާސް ހުވަދޫ، ބޫޅަވިރު.

***.

އެމެރިކަން އެމްބަސީ، ޓޯކިޔޯ 29، 1964.

ލޯބިވާ އަލްހާޖު އަބްދުލްވާ:

ތަޙްރީރު ޖޫން ސަންއަތު ފެށުނުއިރު މާރިޗް 28، 1964ގައި ފެށުނު ސިޔާސީ ވަޒީފާ ހައްސަގެ އިތުރުން ބިޔަބޮޑުކަމާ ލޯބި
'ނޫ-އިޙްސާން' ގެ އެކުލެވިގެންވާ ކާފިރު ވެސް ލިބިވަޑައިގެންފައިވެއެވެ.

ތަޙްރީރުލުއްޖެ މުއްރިޔްޔާގެ...
އޭނާއަށް ތިބާގެ ލޯބި ބަލާލުމުގެ ފުރުސަތު ހޯދައިދިނުމުގައި ތިބާގެ ވިސްނުންތެރިކަމުގެ އަގުވަޒަންކުރަން.

ވަރަށް ބޮޑަށް ޝުކުރިއްޔާ،

ސްޓޭވް އެއިޗް ޖީ ދަ އެމްބަސަޑަރ، ތޯކިޔޯން.

***.

ވިންޑްސަރ ކާސްޓަލް، 27އޭޕްރިލް، 1964

ލޯބިވާ އަލްހާސިލް އަބްދުލްވާ،

އަޅުގަނޑަށް ދަ ކުއިން އަމުރުކޮށްފައިވަނީ ދަ އަން ޖޫންއަށް ސިޔާސީއަން ޝުކުރު އަދާކުރުމަށްފަ
ފޮނުއްވާ އާދޯ ވަރުން، އަދި ތިޔަބޭފުޅުން ލިޔުއްވާފައިވާ ލިޔުމުގެ ކޮޕީއަށްޓަކައިވެ.

އުކަމަނާގެ ދަރިފުޅަން މި ލިޔުން ޖޫންއަށްވަނީ ތިޔަބޭފުޅުންނަށް އެހާ ވަރަށް ރަނގަޅު ކަމެއް ކަމަށް ހިކުމަތްތެރިވުމަށް،
އަޅުގަނޑު ތިޔަބޭފުޅުންނަށް ޖޫންވަނީ ދަ ކުއިންގެ އިޚްލާސްތެރި ޝުކުރިއްޔާ.

މަރި ޗާރްލްސް، ވިންޑްސަރ ކާސްޓަލް، ދާޖީ-އިން-ވާދިވަން، އިނގިރޭސިވިލާތް.

***.

ޖެރީ، 29އޭޕްރިލް. 1964ވަނަ އަހަރު

މޮންސިއަރ،

ވެ ޖެނެރަލް ޑި ގޯލް އަ ބިއަން ރައްދު ވާ ޖެނެވާއިން ކުއެ ވީސް ލުޔި އަވުޓް
އެއިމަބަލްމަންޓް އެޑްރެސް ކުރާ ފަރާތަށް.

މޮންސިއަރ ވެ ޖެނެރަލް ޑި ގޯލް ގެ ކުރިމަތިން ވާ ރަހުމް ގެ ވީސް ރައްސިއަރ ގެ ލީ އިންޖިނިއަން ކުއެ އަ އިންސްޕެކްޓަރ
ސަބް އަންވާއީ.

(ސޮއި) ސަލްޔުޓް ޖެނެރަލް ޑިއެލާ.

***.

މޮސްކޯ، ޖޫން 21، 1964.

ޑޮކްޓަރ އަލްފްރެޑް އަބްރަމްސް،

ތިޔަބޭފުޅުންގެ ފޮތް 'ޓޫ ފުޑް' ލިބުނު ކަމަށް އަރުވަނީ ޝުކުރުވެރިކަމާއެކު ދަންނަވަމުން
އަރުވަނީ ޝުއުރުވެރިކަމާއެކު ހިތަމަޤުން ލިޔުނީ.IS THE PRINCIPLE OF NUTRITION'،

ކުރަޝޯވް، މިނިސްޓަރ އޮފް ޖަސްޓިސް ގެރެމީ، ussr.

***.

ފްރާންސް-ޖޫން، ވެ 9ޖެންވިއަރ، 1965

މޮންސިއަރ،

ޖޭ ވައުސް ރެމަރސީ ސިންސެރެމަންޓް ދެ ވޮޓްރެ އަންވޯއީ ދެ އަޔިއޮޑްރަޔް 'ރޯ-އިޒިން' ޖެންރޭ ވޫސް އަޖޯސް ލޫއިޒަރ އަޓް ވޫސް
ފްރިސިޓް ޖެރ ވެސް ރެކޮމަންޑޭސް އަޓް ވެސް އޮޕްސަވޭޝަންސް ކުއެ ވޫސް ޖެރސްއިވީޓް ސަރ ލްއަރިމަންޓޭޝަން.

އަވާކް ޖޯސް ޑެސް ޚިޔާލު ދިނުމަށް ޖޭ ވޫސް ޖެރި ޑީ އެގްރީރ، މޮންސިއަރ،
l'assurance de ma hauteއާންސިޑެއުރޭޝަން.

ނަރާޖުގެ ސިޔާސީ އުފާވެރިކަމް،

ޝޯލް ދެ ގޯ އެބަޓް ޖޭކޮބްޒް އަވ.

***.

ފްރާންސް-ޖޫން، "'11އޯގަސްޓް، 1964.

ޑޮބްވިޓި އަލެކްސަންޑްރޯވް އަބްރަހަމޮވް،

ވަރަށް އުފާވެއްޖެ އަޅުގަނޑަށް ލިބިފައިވާ ތިޔަބޭފުޅުންގެ އަމާޒު ކުރުވަނީ ޑޮކްޓަރގެ ނަމުގައި
'ޓް-އީބިން' އެވެ. ޑޮކްޓަރގެ ނަމުން ޑޮކްޓަރ ކޮންބައިންޏާ މެދު އަޅުގަނޑަށް ފުން ޝުކުރުވެރިކަމާއި ލިބިގެންދެއެވެ.

ޑޮކް ކީރައިޓިންމަސްފުރު އަޅުގަނޑަށް ރަށްޔަތުއްޔާ ޑޮކްޓަރގެ ދިރި ޖީރާއްޖެ ހުރިހާ ހަލާކަތް...

އެ ޑޮކްޓަރު އަހަރެންނަށް ކިޔާ އަޅުހުރި ޑޮކްޓަރުކަލެވެ. އަޅުގަނޑު ތިޔަބޭފުޅުންގެ ފަރާތުން ހަސަދާން ނައްޓާލެއްވުން ހަސަދާނީ
އެއްސާއްޔާގެ ޑޮކްޓަރގެ ބަހައްޓަމުވެ.

މިހާރު، އަޅުގަނޑުގެ ޚުދުމަތް އެންމެ ބޭނުން ފައިދާއެއް ލިބޭނެ ގޮތަކަށް، މިޑޮކް ކުރުބެއްޔަށް ބަހަށް ތަރުޖަމާ ކުރުމަށް
ތިޔަބޭފުޅުންގެ ހުށަހަޅަން އެދެން. އަޅުގަނޑު އިންޓީދު ކުރަން، ތިޔަބޭފުޅުންނަށް އާ ސަޔަންސްއަށް ހުރުމަތް، މުޅި
އިންސާނިއްޔަތުގެ ދިރިހުރުމަށް އާ ބަދަލެއް އަންނާނެ ކަމަށް.

ޚުއްސް ނާމާ ޖޯބަނާން،

ކުރިބޭއްޔަކަށް ހުރިހާ ފައްޓާގެ އެންމެ މަޤުބޫލިއްޔާ އެވެ.

***.

ވްޙަލް-ޖެން، ލް 25ޖުލައި، 1964.

ޑޮންސިއަރ،

އަށް އެކަސަންކް ރިސަވްޝަން ޔ ވެބްރަ މުންއަލް `ޓް-އީބިންގެ' ކުއަ ވްސް
އަލާޖ އީއު ކަމަބިލިޓީ ޔ މީ ފުއަރ ޕްލަނިރ، ޖައިފ ލް ހޮނަނަރ އެބް ލ ޕްލަސިރ ޔ ވާސ އިންޓަރމަރ ކުއަ ސ ލިވްރޫ މާ
ބީއޮކޯޕް އިންޖަރސް އެބް ޖޭ ވްސް އަން ރެމަރސީ ވައިވްމަންޓް.

ނޮރޮދޮމް ކަންބޯޑް،

ލ ޕްރެޒިޑެންޓް ޑޫ ކޮންސެއިލް ދެ ވިނިސްޓްރެސް، ރޮޔައުމް ޑު ކަމްބޯޑްޖް އެވެ.

***.

ނަ ވައިޒ ހައުސް، ޖޫން 1964 ،1

ލޯބިވާ އަލްފްރެޑް އަބްރަހާމް،

ދާދިފަހުން ފޮނުއްވި ކާޑުއަށް އަޅުގަނޑަށް ފުރުޞަތު ކަމަށްބަލައި ޝުކުރިއްޔާ. އަހަރެން މި ބަލަނީ

ކުރިއަށް ހުރިމުގެ ފުރުސަތު ލިބޭނެ މަދު ހިލާ ގޮތުގައިރައްކާކަމަށް
ކަންމަތިން ތަފާސީލުކަމެވެ.

ރިޗާޑް ގޯޑްވިން ޖޫނިއަރ، ސްޕެޝަލް އެސިސްޓެންޓް ޓު ދަ ޕްރެސިޑެންޓް އޮން ޑިފެންސް، ވޮޝިންގްޓަން، އަމެރިކާ

***.

ވަޝިންގްޓަން، މެއި 13، 1964.

ސާރ،

އެބަރޑީންގެ ޔޫތް ހައުސް ދަ ރަޝިޔަން-ޖަޕާނީސް އަދި ދަ ހިރޯޝިމާ، ރަޝިޔަން-ޖަޕާން އޮފް ވަޝިންގްޓަން، އަޅުގަނޑު އެދެނީ،
23މާރޗް 1964ގައި ޔުނިވަރސިޓީގެ އޭގާތަކި ސަބް ކޮމިޓީއަށްދޭންނެވިކަން، އެބަރޑީންއަށް ޔުނިވަރސިޓީގެ ފޯރަމް 'ޓީ-އިޝޫގެ'
ފޮނުއްވި ކަމަށް.

އެބަރޑީންގެ ޝާހީ މަޖިލިސް ބަރޑީންއަށް މި އޭގާތަކި ސަމާލުކަން ވަރަށް ބޮޑަށް އަސަރުކުރުވި ކަމަށާއި، ޔުނިވަރސިޓީން
ފޮނުއްވަން އަޅުގަނޑު ތައްޔާރު ކުރައްވާ ކަމަށެވެ. އެދިހުންގެ ވަރަށް ބޮޑު ޝުކުރެއް. އެދިހުން ޔިބޭގެ ފޯރަމް ހިއްސާ ވަރަށް
ޝައުގުވެރިކަމާއެކުގައެވެ.

މާޓިނ ޖެރަމައިން ފްރާންކްލިން، އެއިޗް-ޖީ-ކޮމިޓީ.

***.

ބެއިލާން، އޮގަސްޓް 18، 1964.

ލޯބިވާ އަލްފްރެޑް ހާވަންހައިމަން،

އަޅުގަނޑު ޝައުގުވެރިކަމާއެކު ހިއްސާކުރަން ޔުނިވަރސިޓީގެ މެއި މަހުގެ 12ވަނަ ދުވަހުގެ ސިޓީއާއެކު އެކު...
`ޓީ- އިޝޫގެ' ގެ މައްޗަށް ބަހުރުވާތަކުގައިވާ ވާހަކަ. އެއީ މުހިއްމު ސާއިންސްއާއި ބެހޭ ޔުނިވަރސިޓީ ދެއްކި ވަރަށް ވިސްނުމުގެ
ތަޖުރިބާ ކުރަނީ، އަޅުގަނޑުމެންގެ އަމިއްލަ ނަފްސާއި އެކަނިކަން އޮތް ޕީލާފުކުގެ ސިޔާސަތު މަތީ ކަނޑައަޅާ ޗިހުންނަން ދިއި
ޒަރޫރީކަމާއިކު ހިތްވަރު ހުރުމުގެ ކަމުގެ ކަމަށް އަޅުގަނޑު ފެންނަނީ. މި ޒަރޫރީ އަޅުގަނޑު ފޮނުއްވި ވިސްނުމުގެ ކަމަށްޓަކައި
އަޅުގަނޑުގެ އިޚްލާސްތެރި ޝުކުރު ފޯރުކޮށްދެމެވެ.

ކުއިންގެ ބޯޓުވަޅިތަ ކޮށް ކޮންމެ އެވެ.

*** .

ބޮޑުރާށް، ވޭ 18އޮކްޓޫބަރު، 1964.

ކޮއި ޑޭންސިއަރ،

ފަހުބަސްތޭ ގެ ވާ އާރުއެސްއައިވް ޖީ ދުރާސާކުރާ އަ ވީ ހޫނު ދީ ޕްރެ އިސްތިހާރު ދީ އެޕްރާ ރާއްޖެ ދެން ވަޅިތަ ޖޫ ސަލްތަނަތުގެ
ޖެންތަރުވް ގެ ވާ ޕްރޮގްރެސިންސް ގެ ވާ އާރުއެސްއައިވް ޖީ ދުރާސާކުރާ ޕާ ވޭލުއަރުވް އެސްޓެއް ކޯންފަރެންސް ވާ ތިސްޓޭޝަން ޖޫ ލިވްރު ރޯ-އިސްޓޭންގެ'
ޖޭންޓް ވޫސް އޮފީސް ދޫސް ވ' amabilite d'envoyer au ތަރީސް ސިޓީ އެވެ.

ވާ ސަލްތަނަތު ޖެންތަރުވް ވީސް ތަޅަތަ ކޮށްއަރިމެންޓް، އާ ނާރުވް ޖޫ ޕްރޮގްރެސްޓް ޒިޓީ، ޕްރީ ވޯޓަރ އައިޑަބަލް
އެންވޮއި.

ވޮލްޓިޑަރ މިލޫވަންލިން، ކޮންސްއިލަރ އެވެ.

*** .

ބެރާންސްޕޯޓް ހުއުސް، ވަންޑަން، 29އޮކްޓޯބަރު، 1964.

ޑޮބްލިއު އަލްފްރެޑް ހާވަންސްޓިއަން،

ސިޓީބްލޫނގެ ފޮތް `ރޯ-އިސްޓޭންގެ' ގެ ކޮޕީތަކަށް ކޮޅުގެ ފަރާތުން އަލްގަނޑުން ފޮނުއްވިކަމާ ވަރަށް އުމާރާ ކަމުދި، އަލްގަނޑު
ފުރަތަމަ ފުރުސަތުގާ ނަގައިގެން ސިޓީބްލޫނގެ ހުނަރާ ބެއިބަރުއަށް ފުރިސްނާފޫކޮށް ދިރާސާ ކުރާނަމެވެ.

އަލް ވިލިއަމްސް، ޖެންޓަލް ސަލްތަނަތު،

ދަ ފާރަ ޕްރީ

*** .

ވޮޝިންގްޓަން، މެއި 15، 1964.

ޑޮބްލިއު އަލްފްރެޑް އަޒުރޯވް،

އަލުގަނޑެއް ދާދިފަހުން ލިބުނު ބިއޮގްރަފީގެ ފޮތް، ރޮ-ޕީޓަރސް' ގެ ކޮޕީއަކަށް ބަލައި ޝުކުރިއްޔާ. އޭގެ ކޮންބައިންބަޔަށް ފާހަގަކުރެވިފައިވާއިރު، ފޮނުއްވި ވިސްނުންތެރިކަމުގެ އަގުވަޒަންކުރަމެވެ.

ޖޯން އެމް ބެއިލީ، ޓްއައާމަން، ޖީމްސްބިލް ނޯރްވިނގް ކޮމިޓީ އެވެ.

*** .

ބޯން، 26 ފެބްރުއަރީ، 1964.

ސަރ،

ބިއޮގްރަފީގެ ފޮޓޯކޮޕީގެ ކޮޕީއެއް ލިބުނު ކަމަށް އަލުގަނޑުމެން އިޢުތިރާފުވެ، ޝުކުރު އަދާކުރަން.

ރޮ-ޕީޓަރސް (އާންމު ސާފުއެއް) އެވެ. ކޮންމެ ޙިސާބެއްސް އޭނާގެ ހިތިގަނޑުގެ މުހިންމު ރޮ ބްލީޑިއަރޝް ދެނެގަނޑަން ޖެހޭނެ، އަލުގަނޑުމެން ޝައުޤުވެރިކަމާއެކު ކިޔައިދޭން.
އަލުގަނޑުމެންގެ ތައުރީފުތަކާއެކު،

ސްޓިވެޓާންގް ފެޑެރަލް ޖަރުމަން ރިޕަބްލިކް ސޭލްސް،

ޗީފް އޮފް ފެޑެރަލް ކޮންޓްރޯލް، ރާއްޖޭ އެވެ.

*** .

ފޯޓް-އޯ-ޕްރިންސް، ޖެ ޖުލައި 16، 1964.

ޑޮކްޓަރ އަލްފްރެޑް އަބްރާހާމް،

`ރޮ-ޕީޓަރސް' ގެ ނަމުގައި ބިޔަ ފޮތުގެ ފޮތަކުން ވަރަށް ބޮޑަށް ޝުކުރިއްޔާ. މިފޮތް ކަވަރުން ކަވަރަށް ކިޔަން ވާނީ، މިފޮތުގައި އަލުގަނޑުގެ ޒައުމުގެ މުރި ޒައުމަށް ފައިދާހުރި މައުލޫމާތު ބައްލަވާ ކުރުކޮށްލެވިފައިވާތީއެވެ.

އަލުގަނޑު އެންމެފަދަ ކުރަން ފޮތުގައި ބިޔަބޮޑުކޮށްގެ ޖަޒާވާ އެއްގޮތްވާން ކަމަށް ރިކުއަރމަންޓްސް އޮތް އާލް އަދި މިއަހަރު ބެސްޓް ސެލާރަކަން ވާނެއެވެ.

ޖޭމްސް ބަރކަރ ޕް އޯ ސަންޑީ ޓްރިބިއުން އަބް

ޕް އޯ ޕްރިމަރވެސްޓަން، ޖެރަލް ފިލިފިޕްސް، ސަލްޓަބަލީ އޮފް

ހާލަތު،

ރިޕަބްލިކް ގެ ހަމައީ އޮފް.

*** .

ބާލިން، ޖޫން .1964 ،4

ފްރޭބުލި އަލްފްރެޑް އެޚްރެންގް،

ޖަރުމަން ޑިމޮކްރެޓިކް ރިޕަބްލިކްގެ ރައީސް ވޯލްޓަރ އުލްބްރިޗް، ތިއޮލޮޖީން އެމަނިއުއެލްސަން ފްރެޑްރިކް ޝްލައިއަރމާކަރ އާއެކު
އިޒްޒަތްތެރިކަމާއި ޝުކުރު އަދާކުރައްވައިފި.

އާދައިގެ މަތިން ތިއޮލޮޖީގެ ބޮޑު ރޮނގެއް ވެސްޓްރީ ފެކަލްޓީގެ ޑީން ޕްރޮފެސަރ އަލްބްރެޗް އޮސްކަރ — އޭގެ ބޭރު ބަޔަކު
ހަމަ ތަފާތުތައް ކަލްޗަރަލް މުޅި ޖަމާއަތުގެ ސަލާމަތަށް ބަދަލުތައް މަތީގައި އާދެވެ: ޢިލްމީ ރޮނގު، ނިއުޒިލޭންޑުގެ ސައިންސްވެރިން، ފަހު ނަމަވެސް،
ނިއުޒިލޭންޑުގެ ސަރުކާރުގެ ސިޔާސީ ގޮތުގައި ގެންދަމުން ކުރިއަށް އަދި ހުރިހާ މަސައްކަތްތަކެއް ކުރަމުންދާ ކަމަށް އަޅުގަނޑު ތިއޮލޮޖީއާއި މުޅިން
އެއްބަސްވަމެވެ.

ޖަރުމަން ޑިމޮކްރެޓިކް ރިޕަބްލިކްގެ ސަރުކާރުން، އަދި ހުރިހާ ބައިވެރިން ގުޅުން މިނިސްޓްރީން މި ސްކޫލަށް ފަރާތުން ބޭނުން ސަލާމަތްކަން ދެއްވި. ދުނިޔޭގެ
ދިރިއުޅުމުގެ އުފެއްދުމުގެ ގޮތުން ފަހަރަށް އައިސް މިތަނުގައި ކާމިޔާބު އެފަދައިން ހަމައިން، އެގޮތުން ނިއުޒިލޭންޑުގެ ބަޔަކު އުފާވެރިކަން މަސްއޫލު
ކުރަމެވެ.

ހުޅު، ޕީޓާ އެޑްވާޑް، ކޮންސެޕްޓް އޮފް ސްޓޭޓް.

*** .

ވާހަބަރ، 24ގެ އަގޮސްޓު ގެ .1964

އެސޯސިއޭޓެޑް ޕްރެސް:

އަބުގެ ރައީސް ގެ ފެއަރޗެޑް އެންތިއަދާ ގެ ފިލިޕް "ރޮ-އިޖިންގ"، ގެންޖިއާގާ ކުއާ އުޖުރަތުގައި ހުއި ސިފަށް ސަފަރާ ދެ އެސޯސިއޭޓް ޕްރެސް ބަދަލަށް
ގެ ހުކުމްވާން ވައި ރޯލްގައި ގެފާ މިރޯ، ލާނާ ހަރުގައިއާ ވައި އާރިއެންޓޭޝަނާ ވަލިއެއްގެ ކުއަހު އެކްސްޕިރިއަންސް އެން އެސޯސިއޭޓް ގޮޖިރުގެ ނާސް
ބަރަސްމިބް ފް އިންބަރިޕީއަށް ގެ ހުމާ ލާރްވާކާ.

ޖަރ.ޑީޓޭ އާރ.މަކާޖީ 'ވަންޑާރާ، މިނިސްޓަރ-ގެ ސަލާމަތް ފަބްލިކާ، ކިއުބާ.

*** .

ޓާރީޖާ (ބޮލިވިއާ)، ޖެނުއަރީ 10، 1964.

'ޗޭ އިޗިން' ގާ ބޭރު ފޮނުވާ ކޮމްޕިއުޓަރުން ކާފީއަށް ވަރަށް ބޮޑެތް ޝުކުރިއްޔާ. އަޅުގަނޑު އަދި ޔޫރަޕުގައި ނުވޭ، އަދި ހަމައެކަނި ވެސް ބޮޑު ބަޔަކުގެ މައްސަލަ ދިޔައިމަވެ. އެ ޒިޔާރަތްތަކުގައި ތިބޭ ފޮނުވާލާ ޒިޔާރަތްތަކަށް ޒިޔާރަތްތައް ފޮނުވަމުން ގެންދާ ހުރި ނަމަވެސް ސްޓޭޓްމެންޓް ކުރާ ޒިޔާރަތްތަކެވެ. އެކަށީގެން ކޮމްޕިއުޓަރު ކުރެވުނު މަސްލަހަތު އަދި ނަމުގެ ނަމަވެސް، ތިޔަބޭފުޅުންގެ ފޮނުވި ލިބުނު ތަރުޖަމާ، އެ ފޮނުވި އަޅުގަނޑު އޮފީހުން ސަރުކާރުން ތިޔަބޭފުޅުން ގެންގޮސް ބޭނުންވެއެވެ.

ޗެ. ގުއެވާރާ ޖަރުމަނުގެ ނޫ މިނިސްޓަރ އޮފް އިކޮނޮމީ ހަވާލު.

***.

ހަވާނާ، 20 އެޕްރީލް، 1964.

މިއީ އެކަނިވެރިކަމާ ކާނާގެ މައްސަލަތަކާ ގުޅޭ ކަންބޮޑުވާ ޗީނުގެ ގުޅުމުގައި ބޭނުންވާ ސަރުކާރުގެ އަޅުގަނޑު 'ޗޭ-އިޗިން' ގެ ނަމުގައި ފޮނުވި ފޮތުގެ ކޮމްޕިއުޓަރު ކާފީ އަޅުގަނޑު ފޮނުވި ކޮމަންޑަރ ޝުކުރު އަދާކުރުމަށެވެ.

ފެބްރުއަރީ ސަލާމަތުގެ ހަވާލު އެންމެ ސަލާމް ފުރިހަމަ އެވެ. ، މުހިއްމު މަސައްކަތެއް އެވެ

***.

އަދި ހިތްވަރާއި ޝުކުރުގެ ސިޓީތަކެއްވެސް ވަނީ ލިބިފައެވެ
ތިޔަގައިވާ ޝަރުޢީއްޔަތުތަކާ ނުލާ.

ނުދަލްޖެހޭގެ ދުވަހު؛ ބޭނުމުގެ ދަސްގަތުން؛ ގެ ދަސްގަތުން
ސްޓްރެސް؛ ބެލެނިވެރިގެ ދަސްގަތުން؛ އިޤްތިޞާދީ ދަސްގަތުން އަންނަނިވި ސަބަބު އެއް ވެއެވެ. އާސްޓްރޭލިއާގެ ދަސްގަތުން އުފެއްދުން ތާރީޚު އެއް ވެއެވެ.
ކޮސްޓަރިކާގެ ދަސްގަތުން ފުރާނަސިކަ އޮރިޖިނަލް؛ އިންޑިއާގެ ދަސްގަތުން ސީ. އާސްޓްރޭލިއާގެ ގަވާއިދުގެ ޖެނެރަލް ޖެ ސިސްޓަމް؛ ފިނލޭންޑުގެ
ދަސްގަތުން އުނދަގޫ ކުޑަކުރުން އެއް ވެއެވެ. އަދި ފިންލޭންޑްގެ ދަސްގަތުން އިމަރުން ޖެ ފަރުދާ އެއް ވެއެވެ. ޖެ ފަން ޖެ ކަލްޗަރުގެ، އެމްޖީ

ޖެނެރަލް އޮފް ދުވަހުގެ އެމެރިކާނު އިންގްލިޝް، ކޮންސަރވޭޓިވް، ބޭނުމަށް؛ ކުރެގެ މިނިސްޓަރ އޮފް ނުކުތުން ގުޅޭ އެއްބަސް ފުރުޞަތު
މިސް ޗާ މާޝާ؛ ސީ.އައި.އޭ.
އިސްލާމީއާގެ ދުނިޔޭ ވަޒީރު ޝަރީޢާ އެއް ވެއެވެ. ގުޅުމުގެ ގޮތުގެ މިނިސްޓަރު އިޤްތިޞާދު ޖަރުމަނުގެ ސަލާމާ އެއް ވެއެވެ. އިމާރާތުގެ
މިނިސްޓަރ އޮފް ފުރިހަމަ ގޮތުގެ އޮފީސް ރަށް އެއް ވެއެވެ. ދުއިން ސަރުކާރު، ހުރި ވަރަށްސަރުކާރު ޖާގަސަރު، މިނިސްޓަރ އޮފް ގޮތުގެ
އަދި...

Machine Translated by Google

ވެޖިޓޭރިއާ، ބޮޑިޔާ؛ އިންސާނާގެ ގުދުރަތީގެ މިނިސްޓަރ އޯޒް ހަލުމަ އުންޖެ ޖާބަރ ޝާރީ ވާހަކަތަކާ ވިޔަސް އާއި ޖެހި. އަރަފާތްގެ މިނިސްޓަރ އޯޒް ހަލުމަ މަތިއުންޓީ އާއި ޖެހި. މާލޭ އޮއްމު

ނަރަފާންޖެސްގެ ހަލުމަ މިނިސްޓަރު ކޮޅުމުޖީ އާއި ޖެހި. މާލޭބާގެ ބޯޅުވަޔަރު ޔިއުޔިއް ބޮކް އޮލިވިއާ އާއި ޖެހި. ގޮތުރަން ސަސުންޖް އާއި އެލްސި

ވާރަންޖެބް، ނޫބަލް ފަރުންޖެޖުވަން، ސްޓިޖެން؛ ލިބަރަލް ޔޫޓީ ވަންޖެނުގެ ޕީޖަރު ޖޭ ގްރިމަންޖެ؛ ވަކިޖަމްބަރުގެ ބޯޅުވަޔަރު ޔުއަރު ވާނަރ

އާއި ޖެހި. އަރަފާތްގެ ބޯޅުވަޔަރު ޝުސް އަޔް ޔުމާސް އާއި ޖެހި. އޮސްޓްރޭލިއާގެ ބޯޅުވަޔަރު ރޮބަޓް ޕީ މަންޕީސް އާއި ޖެހި. އިންސާނާގެ

ގުދުރަތީގެ ގަވަރުނަރު މަރްކީ ނަވާޖް ޖަންގް އާއި ޖެހި. އިންސާނާގެ މަރުރަސާގެ ގަވަރުނަރު މަހާރާޖާ ޝާރީ ޖަރާ ކަމަރާޖާ ވަޖީރާރު ބަހާދުރު

އާއި ޖެހި. އިންސާނާގެ މިނިސްޓަރ އޯޒް ޒުޖް އަންޖެ އަޖެރިކަލްކަރ އަސްޓާ ޖެހިލް އާއި ޖެހި. އިންސާނާގެ ވެސްޓް ބަންގަލްގެ ޕްލޭ މިނިސްޓަރު

ޕްރީ ސެން އާއި ޖެހި. ސިލޯންގެ ގަވަރުނަރު ޖެނަރަލް ވިލިއަމް ގޯޕަލްލާވާ އާއި ޖެހި. ކެނެޑާގެ ބޯޅުވަޔަރު ލަސްޓާ ޕިއަރސަން އާއި ޖެހި.

އިންޑިއާގެ ރާޖަސްތާނުގެ ގަވަރުނަރު ސަމްޕޫރްނަނަންދު އާއި ޖެހި. އިންޑިއާގެ ޕަންޖާބުގެ ޕްލޭ މިނިސްޓަރު ޝާރީ ޕްރަތާޕް ސިންގް ކައިރޮން

އާއި ޖެހި. ރަބަޓް ފްރޯސްޓް، މިނިވަން ޖަރްމަނީ ކޮމްރިޓީ، ވަންޖެން: މިސްޓަރ.

ސާނާޒް، ރައިސް، ނޫޝަނަލް ބްރެޖްނަސްޓީން ކޮމްޕްނީ، ނިއުޔޯކް، އަދި މިހެންނެވެ

މަތީގައި...

ޑިނަ ޒައުމަބަކަން ސިޓީ ޒާނުވާޒައިލިނަމަޓް ފާޒަޅަކުރާ ގަބަލައި ބަހައް މައިލަރައް ޒާނުވާޒައިވަނި ބަނަޖުޒައިޒުންކަމާއި

ފަޔާރުކަން އިބުރުވޭޒައިވާ ބަރިކަނި ޒައުމަބަކަގެ ސިއާސީ ބޭފުޅުންނަށް އެމީޖުންގެ ދާޒް، ނަރައްކާބެރި އަދި މިނިވަންކަމާ ދެކޮޅު

ސިއާސަތުބަކަގެ ސަބަބުންނެވެ އަދި އެމީޖުންގެ ރައްޔިތުބުންނަށް އެއިބުރެވުވުމަޑަ ދެން އެމީޖުންނަށް މުއައްސަސާ ސަލާމަތް ކުރެވޭ

ބަރައްޔިތުވުމަށް ޒައުމަކަން ވެރިކަމުގައެވެ. ރޯ ވީގަނިޒަމް އަދި އެމީޖުންގެ ގޮތް ބަދަލުކުރާނުޖެހޭ އެމީޖުންނަން ބަލަދުނިޔެއަށްވެ.

ގްރޫޕް ބޮޑިބަންގެ ވީގަން ސާޑިސާއިޒީގެ ރަސްމީ ގޭނުވަން (ސްވިޓްޒަލެންޑް 1964ގައި ޗިޔާޖަކައިވާ ނަޓިސްޓް

ޝާއިރުކާންޒައިވައްވެ: "ގްރޯމަރީ ގްރޫޕް ނަރޫވާ ކާނާގެ ގްރޫޕެއި އަޅާއަރް އެއީގޮތް އެއްޗެހިކަން އަށާގެ 10އަހަރުގެ ދަރިފުޅާއި 14

އަހަރުގެ އަންހެން ދަރިފުޅު ގެއްލުން ހިތާމަވެރި ހާދިސާ، — Ter Hovannessian make a deep study of diet

made Arshavirނަޑީޖާއަށް 'RO-EATING'ގައި، އަދިގަސްދުވެންނަރެ ލުޔުރާނަން ލިބޭނު ކަމަށްބަކައި އެގޮތުރާ ދޯބަކަށްއެވެ

(7/2d)އެވެ.

ގަބޫލުކުރެވޭ ޒީބަކަން އޭނާ އަދުގަސްދުވެންގެ ކުރިން ހިކުރި ހުރިހާ ހާލަތުބަކައް ގޮތްގަސްކަން ނަރައްވާފަހައެވެ

ޖެއިބާ ބޮޑުމީޒުން، އަދި ވީގަންސް އަން ވެސް، އެމީޖުންގެ ކައްޔާ ކާނާބަކާއަށް، ބަސްކަށެއް ބުރިވެރިފައިވާ ކަމުގެ

އިހުސާސް ކުރެވިދާނެ އެވެ.

ސިންގަޕޫރު ވެޖިޓޭރިއަނާ ބައި ގޮތުން އެއްވެސް ދޫގެ ވާހަކައެއް ނުލެއް ކަމަށާއި ފަހަރެއްގައި ސިޔާ ރޯ ކާނާއަށް ތަބާވުމުގައި
އޭނާ ވިޖިޓޭރިއަން ބީ21 އާއި އެހެނިހެން 'ކޮންމެހެން ބޭނުންވާ' ވިޖިޓޭރިއަނުގެ ބޭހި ވަރަށްގިނަ މަދު ދަރުމާގައި ހުރިކަން ކަމަށްވެ.

އަޅުގަނޑުމެންނަށް އޭނާގެ ޚުލާޞާތެއް ނުދެވޭނެ، އެކަމަކު އޭނާގެ އަންހެނުން ދަރިފުޅު، ހަ އަހަރުގެ ކުއްޖާގެ ފޮޓޯއިން
ހާލަތުގައި ދުވަހަކުވެސް ކައްކާފައި ނުވާތީ ޖެހެންޖެހޭ ވެފައިވާ ކާނާގެ އަނގުގެ ކާބޯތަކެތި ބޭނުން ނުކުރާ އަންހެނުން އަލީ އޭނާ
އުފެއްދި ޖީހެ ފައިދާ ހުރިކަމުގެ ފާހަގަކޮށްލަދާ ހެއްކެއް، އަދި މިބައިގައި އަޅުގަނޑުމެން ނަގަވާކަށްނުޖެހޭ..."

އެއަށްފަހު އެމީހުން ފޮނުއްވި ކުރަނީ، މިހެން ވެސް، މި ނިޔުމުގައި ދިރިއުޅުން އެފެންޖެހޭ އަދި
ފާހަގަ އިޝާރާތް އަންހެނުގެ ތަސްވީރެވެ.

***.

ވިލްމްސްލޯ، 20އޭޕްރީލް، 1964:

ޓީ-އީޖިންގެ' ގެ ކޮޕީއެއް ފޮނުއްވި އާޔަތްކުރަކަން ވަރަން ބޭނެން ޝުކުރިއްޔާ. އަޅުގަނޑަށް ތަފާސް އެ ޒިޔާރަތެ އަސާސީ
ގޮތުން ތަނުގެ ޒިޔާރަތް ކަމަށާއި ރޭ ދުވޭ ގައިޓެއްގެ އިންޓަރނެޓް ތަނުގެ ސިފަތަކާއި އަޅުގަނޑުމެންނަށް އެނގޭ ކަމަށްވެ.

ލޯބިވާ އަންހެނުން ދަރިފުޅު އަންހެނުގެ ފޮޓޯއެއް ފޮނުވަން ކަމުދާނަމަ
(ފަހަރު ކަވަރުގައިވާ ފޮޓޯއިން)، ޓިޔާބޫތުވުން ގެ ފޮޓޯން އެފެންޖެހޭ އާއި އެކު މިއަހަރުގެ ފަހުކާލު BRITISH VEGETARIAN
THEގައި ޝާއިޢު ކުރުމުން އަޅުގަނޑު އުފާކުރާނަމެވެ.

ޖެފްރީ އެލް ރޮޖް، ސެކްރެޓަރީ އޮނަރ އޭޖެންސީ، ދަ ވެޖިޓޭރިއަން ސޮސައިޓީ

ޖެފްރީ އެލް ރޮޖް، ބޯނަރ ސްކުއަރ، ވިލްމްސްލޯ، ޗެޝަރ، އިނގިރޭސިވިލާތް.

***.

މާޗް، ލުއި .1965 ،28

ލޯބިވާ އެކުވެރިޔާ،

'ޓީ-އީޖިން' އާ ބެހޭ ގޮތުން ލިޔުއްވިފައިވާ މަޢު ފޮނުއްވި ހިތަވަރުކަން ކޮޕީ އެއްގަހަރާ ފޮނުއްވުން އެދެމެވެ. އަޅުގަނޑުމެން ބިލް
ކުރުމުން އަވަހަށް ރެމިޓެންސް ފޮނުވާނަން، ދީ ޝަފް ރަށްބަޔަކުގައި. އަޅުގަނޑުމެން މި އޮޅުވެގައި އިނގިރޭސިވިލާތް އެންމެ ވަރުސްގެ
ޚަރަދަށް ބުއާއެއް ކުރާނަން، އަދި އެބަޔަކުގައި އެ ފޮތް ދަރަވަރު ފައިދާއަކަށް ބޭނުންކުރާވާނެ ކަމަށް އުންމީދު ކުރާނަން.

ޖޭ ދިންނާ، ރައީސް، ދަ އެމެރިކަން ވީމަން ސްކޮލަރޝިޕް، ރ.ޖޭ ދިންނާ، ފްރެންސް. އެމެރިކާގެ ނިއު ޖާރޒީގެ މަލާމާ އެވެ

***.

މަރުހޫމް ޖެރ

ހ ބަލްފޯރގެ ޕީޓަރސް އާޓިކަލް އިން ޕީއާރ ލެންޖެފްސްކީ، ދަ އޮޑަން އޯލް ދަ...
ޖޫރިކްގައި ހުންނަ ބާރކްލޭ-ބަނަރ ކްލިނިކް (ލޯ، ،(1964"އެލެކްސް-އޯބެރ-ނިޔޯޕޯސް-ވޯގްރެން ފައިބަރ
އެރަނާހްރުންގެ" (އޯލް އޯރ ޓޮމިންގް-ޖޯކްޕްރިން އޯލް...
ނިއުޕްރިޝަން)، ގެޓްގަނޖެކަން ތިރިގައިވާ ގޮތަށް ހުށަހަޅާ ކުރުވިދާޅުވެއެވެ.

"ދުނިޔޭގެ ތަފާތު ދާ ކަނޑައްގައި، މުޅިން އިދިކޮޅު ދާ ކަނޑައްގައި."

ނިއުޕްރިޝަންގެ ޖޯކްޕްރިންތައް ވަނީ ހުރަހަލާފައެވެ. ކެލްރީނިއާގައި ވިޓަމިންޕްރޮ ސިއާ ތަޖުރިބާކާރު ވަނީ 48ކެމިކަލް އެއްކޮންގެން
ގެޓްގަނޖެކަން ރަހަރައް ނަތީ ނިއުޕްރިޝަނަލް ޖެއްޖެރައް އުފައްދާފައެވެ. މި އާޓިފިޝަލް 'ކާނާ' އާއެކު އެނާ 18ކުންފުނިންގެ މައްޗަށް
ތަޖުރިބާތައް ހަދައި، ނަތީޖާއަށް އިންތިޒާރު ނުކުރެ، މާ ކުރިން ނޫސްވެރިންނަށް ފޮނުވާލެވޭޕް ހާމަކުރުންދެއްވެ." ;އަނެއްކާވެސް،
އަލުގަނޖެހުނު ރިޕޯޓު ޖޭބަލުގައި ނިއުޕްރިޝަނާ ބުރަ ގޮތުން މުޅިން އިދިކޮޅު އުނިގަންނައިދިނުމައް އެކުލެވޭ ކުޖެ ފޮތެއް އެބައޮތް،
'އޯލް-އޯރ ޓޮމިންގ' ސްޓޭންޖެފްއިންބެއް ތަމްސީލުކުރާ: އަޅަރއްވެ/ބޯ-އިމިންގެ މާޔު އިނިގިރޭސި ބަހެއް ކަމަނާއި، މިއީ އަރުމިނިއާގެ
ބޭޖު ދާ ޖަލްސާއެއްގެ ހުށަހާއެކެވެ.

އެކަމުގައި އާރިޔާނާގެ މުސްކުޅި މަތި ސަލާމަތުގެ ދަރިފުޅުގެ ހުސްތަކުން ފާހަގަކުރެވިފައެވެ. ކުޖެ އަމިއްލަ އިތުބާރެއް ނެތި...
އޭނާ ތަމްސީލުކުރި ސާފު ތަރުކާތީގެ ކާނާއިކު އިންސާނާއަށް ގުނޑަމި އަދި ހަމައެކަނި ބަޔަކަށް ކާނާގެ ގޮތުގައެވެ
އެ ކުޖެކުޖެ ފޮތް ޖަރުމަނު ބަހަން ތަރުޖަމާ ކުރުމަން ފައިސާ ދައްކާނެ."

އަލުގަނޖެހުނު ތަބާއްވުރުތަކުގެ މުޅިންމު ނުކުތާތައް އެއްބަސްވަކަ އަނެއްބަސްވަކަ އަލުން ކިޔައިދިނުމަށްފަހު،
ލިޔުންތެރިޔާ ފޮހަރަކުރައްވައި އަލުގަނޖެހުގެ ފަރާތުން ވާހަކަ ދައްކާ ވަކި އިލްމީ ހަރަކާތްތަކެކެވެ؛

"މިހާރުވެސް ފިލާ ސާޔިންސް އަހަރު ކުރިން ވޯލްޑް ޝޯމަރ ސުވާލު އުފެއްދެވި، ޖޯ ކާނާއަކީ އިންސާނާއަށް ލިބޭ ހަމައެކަނި
ކާނާ ކަމަށް ކަނޑައަޅުއްވާ ގޮތުން ބާރާ-ބެނަރ އޭނާގެ ތަބާއްވުރުގައި އޮފް ދުރަށް ނުދިޔައީ ޔިއްވެގެންނެވެ. އަޅަރއްވެ
ފަރާތުން ފެންނަނީ އެނާގެ ފުރުގެ ތަޖްރިބާތަކަށް ބޮލާއިރު (ރިޖެރސް ގައިގެސްޓް، ޖެނެއަރީ، (1964

އިންސާނާއި ހަޕީގަތުގައި (ގޮތްގަނޑެކަން ސާފު) ޑޯ ތަރުކާރީގެ ކާނާގެ ވައްޓަން މިލިއަނަށް ބައި ފަންދަން ދިރިއުޅުއްވާ މީހުން ކަމަނާއި، އެކަމުގެ ސަބަބުން، ގަބޫލުކުރެވޭ ގޮތުގައި، އޭނާގެ އަނބުމަ މަޖި ގުދުރަތީ ތަރައްޤީއެއް ހުރާފާއިތާ ކަމަށެވެ. އަޖުރުހުގެ ފެށުމުން ފުންނަނި ނިއުޓްރިއަންޓްސް އާއި ވިޓަމިންތަކުގެ މުދުގައި މިޔާރުގެ ބޮޑެންސް ނަތީޖާގެ ފާހަގަކޮށްލެވޭ ބެރިބެރިޒަމްތަކާއި، 'ސްޓީމިއުލޭޓް ހަންގަރ'، 'ފުރިއަޅާ އަޑު ލޭބަންސި (ޖެއްމަރަންގޯސް) އިން ބަލި ސިއްހަތު'، އިންފެކްޝަން ޖެހިޖެތަކުގައި 'ބުރައިން' ގެ ދަށުން، ތަޖާ ތަރުކާރީގެ ނިއުޓްރިޝަންގެ ތަފާސްހިސާބުތަކުގައި މުޅަބޫރިޖަހާގެ ބޭނު އިސްތިސްނާއި، ހާއްބަކާން ލޯ ކާނާގައި ތަރުކާރީގެ ޕްރޮޓީންތަކުގެ ބަޔޯލޮޖިކަލް މޫލްކަމާއި، ދުވަހުކުރެވޭ ކަރްބޯހައިޑްރޭޓް ނުލަފާ ނިއުޓްރިއަންޓްތަކުގެ އިންޖެކްޓިޓާއި، ދުނިޔޭގައި ކާބޯތަކެއްގެ ދަރިކަމާ ކުރިމަތިލާއިރު މިފަދަ ނިއުޓްރިޝަންގެ އަސްލުދު. "

ރިޕޯޓް ކުރި މީހާ ބަލާ ގޮތުގައި ފުދިހެނުން ރާފު އަތަސް އެ ދާ ހައްދުފަހަނާލެއްވާ ދަނޑުވަރުގެ މުދުގައި އެވެ. އޭނާގެ ނަޒަރުގައި ތަފާތުކުރަނީ ގޮތުގައި ރަނގަޅުވާން "ދުވަހަކުވެސް މުދުތަރުގައި އަރާމު ނުކުރުން" އަދި އޭނާ ޕްރޮޓީންތަރާހަން ނަގާހަމަތަރީފަސް ފިޔަނޑުޖެހެން ވެރި އަޖުރުހުވެއާ މާ ކައިރީގައި ހުރުމަށެވެ.

***.

އެޝިންގަން، ޑޮކްޓަރ، ފެބްރުއަރީ 28، 1964.

ސާރ،

ތިޔަބޭފުޅުންގެ ފޮތް ދާ-އީޖިންގެ 'ފުޑްމުން ޝޯކިރީއާ. އަޅުގަނޑުމެންގެ ލިސްޓް އެނގޭނަމަ of publications ތިޔަބޭފުޅުންނަން ވިސްނުން، ތިޔަބޭފުޅުންގެ އަސާސީ ފްރިމިސްއާ އަޅުގަނޑުމެން ހިތުން އެއްބަސްވާކަން. އަޅުގަނޑުމެން ތިޔަބޭފުޅުންގެ ނަޒަރިއްޔާތަކަށް ފުރިހަމައަށް ހަރުދަނާކުރިވާ އަދި ކާންފުހަނުވެސް މި ކަންތައްތަކާ ހެދެނީ ގޮތަކުގެ އަޑީގައި ތިޔަބޭފުޅުންގެ ހުދުންތަކާ އެއްބަސްވެން.

ކުރަކުރިންނަން ކާނާގެ މައްސަލައަށް ތިޔަބޭފުޅުން ގެންގުޅުއްވާ ގޮތް އަޅުގަނޑުމެންނަށް ކަމުދައްތެވެ. އެއީ ވަރަށް...
ހަމަކަނަވަރުން ރަނގަޅު. އެއީ އެހާ ތަދުއް ކަމަނާއި ކުރުކުރެއްޖެގޭ ގުދުރަތީ ރާހަ ކައްކާ ކާނާގެ ފައިދާއަށް ގަސްތުގައި ޖެއިވަރިބް ކުރަން ޖެހޭ ކަމަށެވެ. އަދި ތިޔަބޭފުޅުންގެ މައްސަލައާ ގުދުރަތީ ތިޔަބޭފުޅުން ދައްވާ ފުރިހަމަ ފަރުވާއަން އަޅުގަނޑުމެން ޝުކުރުވެރިވަން، ސަބަބަކީ 53 ބަފުދާގެ ތަޖުރިބާގައި ބިމުހަމު ރަނގަޅު ދިރިއުޅުމުގެ ނަޒަރިއްޔާ ވިދާޅުވެ، ނިވަތަ ބަލިމަޖެހުނުކުން އަރަރިގަމުމާއި/ނުވަތަ ބަލިން ރައްކާތެރިވުމުގެ ނަޒަރިއްޔާ ވިދާޅުވެ، އަދި ނުގުޅުމުގެ ނަޒަރިއްޔާ ވިދާޅުވެ، ތާއީދުކުރާ ހުރި ޚުދްޖަތަކާއި އުފާފުމަން ތަޖުރިބާފާސް ގެންސްދައްވިފައިވާތީ ރިޢާޔަތްކުރާން ދަ...

މެޖިކަލް އަދި އިލެކްޓްރޯނިކް ގޮތުން އޭގެ އަސަރު ކުރާނެ ގޮތްތަކާއި، މިއީ ދުނިޔެއަށް ލިބޭނެ އަޑުގެ ސަރަޙައްދެއް ފަދަ އަތްޕުޅެވެ.

...ހިބާމަހައްލު އިންސާނިއްޔަތަށް ހުށަހެޅި ބަޔަކަށް ވާން ބޭނުންވާ ޗެހެރާ ކަމެއް 'އެކަށީގެންވާ' ޖިއޮފިޒިކާން މަސައްކަތް ނުކުރާ
ހިނދުކޮ ބައެއްފަހަރު އެހެނިހެން (މާއްދީ) އިންސާނީކަމް ނުލިބޭއެވެ. އެހެން ނޫނީނަމަ، ސަރަޙައްދުކުން ހަޔާތުގެ ގެއްލުމް ނުލިބޭނު ނަމަވެސް،
ވަރަށް ޚިޔާ ފެހެރަށް ހަމައެކަނި ފަތްތަރުކަށް ފެދު ހުސްތަންތަން ނަގާ ސައިންސްފިޔަރ 'ދިރާސާތަކަށް' ހަދިއާކުރާ މީހަކު ދެއްނެގެ
ދިހައިން އެއް ދެއްނެގެން ވެސް ނުކުރެވޭނެ ކާނކަމެއް ހެއްދޭވެ؟

ދަ ސީޒަބްލިޓު ގޭޙައިލް ކާމްޕެނީ ލިމިޓެޑް އެޝިއަންގެތަން، ރޮޗެސްޓާ، އެސެކްސް، އިނގިރޭސިވިލާތް.

*** .

މޮސްކޯ، ޖޫން އޭޕްރިލް 1964. 23،

ޑޮބްލިން އަލްފޯސިލް ހޯވަންސްޓިއަން:

އަޅުގަނޑުމެންނަށް ދަންނަ ތިޔަބޭފުޅުންގެ ފޮތް 'RAW-EATING' ލިބިފައިވާ އަދި ހަމައެކަނި ކ
glimpse،އަޅުގަނޑަށް ފިލްމް ގޮތުގައި އެއީ ޚުދުފަރަކަށް ޝައުޤުވެރި ކަމެއް ކަމާއި، އިންސާނުން އާއްމުކޮށް ކާންދެއިވާ މުޖުތަމަޢު ބަދަލުވެގާ
ނުލައި، އެންމެ ރަނގަޅު ކަމަކީ ގުޅުމަކަށް ވާބާވަތް ކަމަށް މީހުންނަށް ގޮބީލްކާންދޫން މަސައްކަތް ކުރަމުންދާކަން.

އިންޑި. ކާލްކަސް ފްރެއްޗް ފާސާން އެވެ. ޑެންމަރކް މޮސްކޯރަވެ. އިންޓަރ -އެޖެރިކަން އާއްސަސާއެން. އާފް ސަސީޓަރީ
އިންޓީނިއަރިންގ، އަލްފާންސް ހެރެން، 11-103، މޮސްކޯ، 4ޖޫއަލް

*** .

13، 1964. އޭޕްރިލް ،ހަށްސަ ފެރެންޒާ

ތިޔަ ފޮތް ރޯ-އީޓިންގ' އާ ބެހޭ ގޮތުން ފެރެންޒާ ސާފިސް ކައްނަސިލަން އައިސް އަޅުގަނޑު އެ ފޮތް ކިޔަން ޝައުޤުވެރިވެގެން މިވަނީ.
އަޅުގަނޑު ޚާސްވަމުން ގެންދާނީ ލައިބްރަރީ އާޚް ފެރެންޒާ ފެޖެޓޭރިއަން ސޮސައިޓީއަން، އެކަންގައި އެހެން މީހުންނަށް ބޭނުންތަކި ފެދާނަ
ކަމަށް އެންމީދު ކުރަމެވެ.
ތިޔަބޭފުޅުންގެ ލިޔުމުގައި އަދި ރޯ ގުޅުމަށާ ކާނާތަކާއެކު މި ސާދާ ގޮތުގައި އުފެއްދުމުގައި ތިޔަބޭފުޅުން ކުރައްވަމުން ގެންދަވާ ރަނގަޅު
މަސައްކަތަށް ޝުކުރު ދަންނަވަން. އަޅުގަނޑަށް ހިފެހި ދުނިޔެއަށް ކާނާ ހެދައިދިނުމަށާ ދުނިޔޭގައި ސަލާމަތަށް އުއްމީދުގެ
ނިޝާނެއްކަމުގައެވެ. އަޅުގަނޑު ގަބޫލުކުރަން

އަޅުގަނޑުމެން ރޫޒާނީ އަލިކަމަން އިމުރަން ސާޖުކާކޯންދޯން ޖެހުއްވީ. މިވަގުތު އަޅުގަނޑަކީ 'ލީގަން' (ވެޖެޓޭރިއަން، ބިސް، ކިރު، ހަވާދު ފެހަ ތަކެތި ނުހިނގާ) މީހުން ކަމުން ޗިއާބުރުނީގެ ހުނަރުވެރިންތަކަށް އަޅުގަނޑު އަމިއްލަ ކާއެއް ކެރަން، އަދި މިއީ ރަނގަޅު ދިރިއުޅުމުގެ އެއް ގޮތެއްގެ ގޮތުގައި އިމުރު ބަދަލު އަންނަމުންދާތީ އަޅުގަނޑު ޝައުޤުވެރިވަމުން. މިހާރު އެއީ މުޅި ތަމަޅުގައިއެވެ، ވެޖިޓޭރިއަން އަދި ސްލިމަރުން ހިފޭތޯއާ އިންސާނީ އެއްޗެހިން ތިބޭއިރު، މިއީ ދުނިޔޭގެ އެއްބައިވަންތަކަމާ ދިމާއަން އެއްޗެހިވެދާނެ ކަންކަމެވެ.

ކުއިނީ ޖޯވް، ފްރަންކްސް ހައުސް، ޑޫސްބަން ރޯޑް. ލަންޑަން، އެން.ޑަބްލިޔު.އަދި

*** .

އިސްރާއީލް، 22ޖެނުއަރީ، 1965.

ސާރާ،

ވިޔަނާބޫޓުންގެ ފޮތް ރޯ-އިޒިންގެ 'ކިއުމަނަފުހު އަޅުގަނޑުމެން ބޭނުންވަނީ ވިޔަނާބޫޓުންގެ އެހެން ފޮތްތަކެއް އިނގިރޭސި ބަހަށް ކިޔަން... މީހުންނަށް ވިސްނައި ވިސްނުންތަކަށް، އެމީހުންގެ ހަރިގަނޑުގަނޑު ވަރުގަދަ ހުރިހާ ކަނޑިތަކެއް ނެތި ދުވަހުގެ އަދި އުފާވެރިކަން ލިބިގެންދާނެ ކަމަށް! މިހާރު އަހަރުމެންގެ ޖަމާތުގެ ނަތީޖާތަކެވެ.

އަވް ނަޖާ، ޖެރ އޭޒް ނަހަލާލާލީ، ފްރެސް. އިސްރާއީލް ނަހަލާލާލީ އެސްއައިސްއައިން.
އިސްރާއީލްގެ މިސްރާބު ހާލިފާގެ ނަޖާ އެސްޓޭޓް އެވެ.

*** .

ސާރާ:

އަޅުގަނޑު ވިޔަނާބޫޓުންގެ ފޮތް ރޯ-އިޒިންގެ 'ކިޔައިދީން، އަޅުގަނޑަށް ވަރަށް ކަމުދިއެވެ. އެއީ ހަރިގަ ގޮތަކުން ފެށޭ ވަރަށް ޝައުގުވެރި އެއްޗަކަށް ވާތީ، ކާނާ ކާނޭގޮތުން ގޮތުރަކުން އުފެއްދާ ގޮތަކަށް.

ވިޔަނާބޫޓުންގެ އަސާސީ ނަކަތާތަކަކީ، އަޅުގަނޑުގެ ފޮތްތަކާއި ޙިޔާނަތްތަކުގައި އަޅުގަނޑު ދެމެހެއްޓުމަށާ ނަކަތާތަކާ އެއްގޮތް ނަކަތާތަކެއް، މީގެ މާދަނަ ދުވަސްތަކެއް ކުރިން... އަޅުގަނޑު ސްޓީނަރ ބަހަން ތަރުޖަމާ ކުރަން ބޭނުން، އެ ޒިކުރު ގަބޫލުކުރާނަމަ. ދުނިޔެ ނުހަދާނަމަ އަޅުގަނޑަން އަމިއްލަ ކަމާއި ފޮނުވުން ލިޔުނީ. އަޅުގަނޑު މިކަރަނި ސްޓީނަރގެ މަޖައްލާތަކަން އޭގެ ރިވެތިކަމް: ސްޓީނަރގެ މެޑިޓޭޝަން ޝާއިރުކަމާ ބެހޭނުގޮތެއް...

އޭ ސޯވަރން، ޖެރ އޭޒް ނަހަލާލީ، ކޮވެނާ، ވާރިއަރާ، ސްޓީނަރ.

***.

ބޯސްޓަން، ޖުލައި 5، 1966.

ސަލާމް މިސްޓަރ އަޒްރާކް:

ބޮސްޓަންގައި ހުންނަނީ ރޯ-އީޖީންގެ' ގެ ނަމުގައި ތިބާގެ ހަތް ފޮޓޯގްރާފަށް ދިމާ ޗާޓަރު ދިޔަބާނުއަވާ. މިހާރުގެ ސަބަބުން ތިބާގެ ބުލޫޖީން ނަންބަރު 1ގެ ވިޔަފާރި ޒިނާއިން މުޅިން ކުރުމުގެ ހަރަދު ފޮޓޯއުރުމަށް ތިން ޗާރަރުގެ ބަލަންސްއުޅުއް ބާޔާވާނުއަވާ.

އަޅުގަނޑުމެން ފަރަން ބޭރަށް ޝައުގުވެރިވެސް ތިޔަބޭފުޅުންގެ ބުލޫޖީން ނަންބަރު 1އަށް، އަދި އަޅުގަނޑުމެންގެ ވިސްނުމަށް، އެ ބުލޫޖީންގެ ކޮޕީއެއް، އަލުންގެ ސިއްޙީ މައްސަލަތަކާ ގުޅޭގޮތުން އަޅުގަނޑުމެންނަށް ލިޔުއްވާ އެބައް ބަޔަކަށް މުޅިން ކުރުމަށް. އަޅުގަނޑުމެންނަށް ޔަގީން ކުރެވޭނީ އެއީ ޒިނާ ބަޔަކަށް ނިޔުމަތަކަށް ވާނެ ކަމެވެ.

ހަމަގައިމުވެސް، ތިޔަބޭފުޅުންގެ ހުއްދަ ނެތި މިކަން ކުރުމަކީ އަޅުގަނޑުމެން ނުވިސްނާނީ، ތިޔަބޭފުޅުންގެ ބުލޫޖީން ނަންބަރު 1ގެ މިމައްސަލާގެ ކާޑު ހެދުމުގެ ހުއްދަ އަޅުގަނޑުމެންނަށް ދެއްވައިދިނަމަ އަޅުގަނޑުމެން އެކަން ފުރަގަސްކުރާނަމެވެ. ހުއްދަ ދިނުމަ އަޅުގަނޑުމެން އެންމެ ވަރުގައެއް އިތުރު ނުވަތަ އެނި ނުކުރާނަމެވެ. އަޅުގަނޑުމެންނަށް ނޫން-ޕްރޮފިޓް އޯގަނައިޒޭޝަނެއް ކަމަށާއި، ތަކެތީގެ އުފެއްދުމާއި އިންސާނިއްޔަތަށް ގެނުވާ ސިއްހަތަށް ކަރުދާސްތަކަށް ސިއްރުކަމަށް އެނބުރި ދިއުމަކަށް އެހީތެރިވުމަށް އިޒުވާބްތެރިކަމާއި އަދުލު. އަޅުގަނޑުމެންނަށް ޔަގީން، ތިޔަބޭފުޅުންވެސް މާޒީގައި ކުރައްވައި ހަމަ އެ އަދުން.

އަޅުގަނޑު އެންމެ ރަނގަޅު ކުރަން، ޑޮކްޓަރ އަލްފްރެޑް އަޒްރާކް، މިހާރުގެ ތިޔަބޭފުޅުންގެ އަމިއްލަ ސައިންޓިސްޓެއް ދެއްވައި، އެކަން ކުރެއްވުމަށް ފަސޭހަކުރާ އަވަހަކަށް އެއަށް މުޅިން މުދަލުވެރިކަން އަޅުގަނޑުމެން އަޅައިފާނެ ކަމަށް. އަދި ތިޔަބޭފުޅުންގެ އެއާ މުޅިން ސިޔާސީގައި ތިޔަބޭފުޅުންގެ 1ނަންބަރު ބުލޫޖީންގެ މަދު ބައެއް ޖެއްސޮވައިދެއްވައިދިނަމަ އަޅުގަނޑުމެން ފަރަން ބޭރަށް އެކަން ފުރަގަސްކުރާނަން."

ފެއްޓެރީ، ދަ ރަޔިސިންގ ސަން، ނޫޝަނަލް މެޓަލް- ޓެކްނިކަލް ރިސާރޗް ފައުންޑޭޝަން، އިންކް.

1908ވަނަ އަހަރު ނިއުޔޯކް ބޭސްލާ، ޗިކާގޯ އެޑިސަން އަދި ފްރާންސިސްކޯ ރިޕޯޓްސް ގެ ފަރާތުން «ފަންޑަމަންޓަލް ރިސާރޗް ބޭސްއިޖީ» ގެ ނަމުގައި އިންތިޖާމްކުރިއެވެ. އޭނާ ވިޔަފާރި، ޕީޖީ
އެގްޒެކެޓިވް ޑިރެކްޓަރ، 25އަހަރު ބޭސްގެ ޓްރެއިންޖް ބޯސްޓަން

***.

ލޮސް އެންޖެލިސް، ޖޫން 23، 1966.

އަހަރެންގެ ފޮޓޯވެރި ބްރޯޝަރ:

ޗައިނީޒްރައިޓަރގެ އަތުގައި ދާރިފުޅުން ތިޔަބޭފުޅުންގެ ކުރެދާނަކާއަކު ޗައިލްޑުވާ އަދި ވިސްނުންތެރިކަން ފޮޓޯ، ރޮ-އީޗެންގެ' ގެ ނަމުގައި ޗައިލްޑުވާ ފޮޓޯއެއް ޕްރިންޓްކުރެވިގެން، އެ ފޮޓޯ ކިޔުން ލަފަން ބޮޑެން ޕްރިންޓްކުރެވިގެންދިޔައީ. މި އިވެލީ ފޮޓޯގްރަފްސް ޖޯނަން، އަދި ހޯމްސްކޫލް ކުއްލިގޮތަކަށް ނުވާ، ގޮތުގައި ކަނާ ކުއްލިކަން ތިޔަބޭފުޅުންގެ ހިތްވަރުގަދަ އެއްބާރުލުމާއި އެންގޭސްމަންޓް އިޝްތިހާރުކުރެއްވި ބަހުސްތައް ކިޔުމަށް އަންނަ އަދަދެވެ.

މި ގައިޑުރައިން ޕްރެސްޓީޖަސް ޑިސް ދުލަސްބަކުއް ވަންދުން ގަދައަދަކަށް ސަބްސްކްރައިބް ކުރެވިފައިވާ ކަމެއް، ހަފްތާބަޔަކަށް އިލެކްޓްރޯ-ގެއްސަރަށް ބެރަފީޗަށް އިންސްޓްރަކްޝަންސް އަޅުއްދުމުގައި އަޅުއްވާށެވެ، ޗުގެ 40ވަރަކަން އަހަރު ކުރިން ނަވަބަ 1926 ވަނަ އަހަރުގެ ބެރޯގައި ފީޗަޝަނަލިސްޓް ނަރުހުން ނަނަން ޗައިއްލި ބަހެއް ގައިޑްބަކުގައި 'ރޯ' ޑީނައިން ބޭނުން ކުރުމަށް ވަޒަންއްލި އެވެ. ދުވަހުގެ ކުއްލިގައި ހިމެނޭ ކަނާ...

އަދި އިލެކްޓްރޯގްރަފިކް އިމަޖިނޭޝަން އާއި ރޮޖެއީޝަނަލްގެ ދާއިރާބަކުންނާއި ފަހުން ދަނޑުވެރިކަމުގެ ކުރިސްޓްބެރީގެ މުހިއްމު މުއްދަތުބަކުގައި ވެސް ދިޔު ދިރާސާބަކުއް ކާރުފައި ވާއިރު، މިއަދު އިންސާނިއްޔަތުގެ ޖެރުވެރި ބަސްނަބައް ފުއްދުމަށްޓަކައި ހަމައްކަސި ލިބަނުގެ ވަރަކަށް ނޫން، ކާމިޔާބީ ޝަރުތުބައް ވެސް ހިމެނޭ އެވެ.

އިބްރަހިމް ކުރިއަށް ދިޔުމުގެ ކުރިން، ޗައިނީޒްރައިޓަރގެ ކުރީގެ އެއްވެސް ކަމެއްގެ އަޅުގަނޑުމެން ސަވާލު ކާރުފަހަރަށް ފޮޓޯގްރަފީ ކުރަން އިސްޓީރާޖީ ޕަރުން ހެއްދެވީ؟ އޭގެ ބަދަލުގައި އެއް ޕަހަރު އަރުވައިދިނީ ޕަހުން ޝާއިއުކުރެވިފައިވާ އެއްޗެއްކަން ފޯހަދަ ކުރެވިއްޖެ. އެހެން ކަމަކުވާނަމަ، ޗައިނީޒްރައިޓަރ ބޭނުންވެސް، ދިބާގެ އިޖްތިމާޢީ ރޮބިގެންވާ އިންސާނީ މަސައްކަތުގެ ފުރިހަމަ ދަރަޖައެއް ވިސްނުމާ ތަޢާރަފުކުރުމަށްކައި، ހަމަ އެކަށޭނެވެ.

އެކްސްޕްލޯރޭޝަންގެ ގޮތުގައި ޗައިނީޒްރައިޓަރ ހޯމްސްކޫލުވާ ކަމަށް ބެނޑިލާނުއެވެ
ޑިނަ ވަގުތާއި މަސައްކަތް ފުރިހަމަ ކުރުމަށް ފުރިހަމަ ރިސާލަތެއް، އެއީ ގޮތުގައިޖެހޭ ނިންމާލާވިފައިވާ، ސުރުހީ ދަ ސުފުރާސްޓްރީބަލް ރަސްމިއު އަޑު މަސް'، ޚިޔާލުތަކުގެ ވެސް ފުރި މައުލޫމާތު ކަވަރުކުރާ...

މި މިސާލު ހެއްޕާލުގެ ކުރިން، ޗައިނީޒްރައިޓަރގެ ފޮޓޯ އިންސާނިއްޔަތު ކާރުދާވެ އަމުރަށް ފޮޓޯ ކަމަށާއި، ފުރާދާއިރާއަށްގައި ޔަސްމާއި ޑިރާސާ ހަމުގެ ފޮޓޯ ކަމަށް ޗައިނީޒްރައިޓަރ ވިދާޅުވެދާން ހެއްދެވީ؟ ގަސްޓަމަރުގެ ހަމަޔަ ހަމައްކަސި ހިތްހަމަޖެހޭ ކާށްބަކަޅިގެ ފޯރަފޮޓޯ ކުރެވުނު އިންސާނީ ނަކަމިޔާބެވެ، ޖަނަވާރަން ވެސް އަދި އޮނާޔަން ވެސް ގަސްޓަމަރު ނުލިބި ވޭދުގައި ނަހަރުވާން ކަމާއި، އޮނާގެ ދިރިއުޅުމަށްކައި ޖަރާސީމު ހޯމްސްއެއްގައި މުޅިން މަހާދަރަޖަކާއި ޖެހޭބަކާއި އުޅެއްދަރި އޮސްޓްރޭލިޔާގެ ފޮޓޯގްރަފީނުމަން އިންސާނީ ނަކަމިޔާބެވެ. އަދިވެސް އޮނާ ޙަޔާތުން ހިވެއެވެ

'ރާ' ގެ ޑޮކިޔުމިގެ ސާފުނުވާ، ކަރު، ފިޝް ނުވާ އަދި އޭނާގެ ބޭނުން ނުވަތަ އުފާކުރުމުން ތަޢާރުފު ނުވާ...

މީގެ އެތައް ދިހަ އަހަރެއް ކުރިން މާލޭ ޖެހި. އެމީހުން ވަނީ އިންޑާރޓް މެޓްރޯގެ ސައިންސްތަކުގެ ރިޕޯޓުތަކުން ޝާއިޢުކުރިވެފައެވެ. އެމީހުންގެ ހަރިގަނޑާއި ހާލުންތަރިކަމާއި ސައިޓިފިކް (އެސްޓްރޯލޮޖީ) ދުނިޔޭގެ ފާހަގަކުރެވޭ ފިޔަވަޅު މާ އޮތުން ބޭނުން ބޭޒު، އެކަމަކު އެއަށްވުރެ ވެސް ގެސްޓުންގެ ފުރުޞަތު ފާހަގަކުރެވޭތަކަށް އެމީހުންނަށް ވިސްނުމެއް ނުވެއެވެ. އަދި އަދަބު ނުލިބި މި ފާހަގަކުރެވޭ ހިލޭ ނުވެވޭނަކަށްވުރެ އެމީހުންނަށް ވިސްނުމެއް ނުވެއެވެ. އެހެންކަމުން، ކޮސްމިކް ކަމުނާއި، އެމީހުންގެ އުފެދުނު އިންސާނުންނާއި، އެމީހުންގެ އެތެރޭގެ އަމިއްލަ ނަފްސާއި، އަދި އެމީހުންގެ ޖިސްމުތަކާއި ސިކުނޑީގެ ގުޅުންތައް ވެސް ދަށަށްކުރަން ޖެހެއެވެ. އޭނާ ފެނާވާން ޖެހިއްޖެނަމަ، ހަސާރަތުގެ ރިޕޯޓާއި، އަދި ޖިސްމާނީ ކަމުންގެ ބޭނުކަން ވެސް ނުތިގެން ދާނެއެވެ.' ޖެ.ކެރޮލް ޖިނަރިން އިޝާރާތް ކުރައްވައި، ޖިނަވަރުން އަންނަ ބޭޒެހި ޓްސްފިޖެފޯތައް ބިނާކުރުމުން، ހަމައެކަނި އަސަރުތަކާ މެދު މެދުނުކެނޑި މުއާމަލާތް ކުރުމަށްވުރެ، ސަޢަބުތަކާ މުއާމަލާތް ކުރުމުގެ މުހިންމުކަމުން އަރައިގަނެވޭ ކަމެވެ.

އެހެންވީމާ، އިންސާނިއްޔަތު ތަރުބިއްޔަތު ކުރުމަށާއި، ފުދުރަތީ އަސާސްތަކާއި، އާންމު ވިސްނުމާއި، އަދުގަނޑުގެ ވާޖިބުތަކާއި ޖިންމާތައް އަދާކުރުމަށް އަދުގަނޑުމެންގެ ކުރަންޖެހޭ ވަރަށް ޖިނަ ކަންތައްތަކެއް އެބައޮތް.

ޖެ.އަރިޒޯނާ ޗީ ފޯކަރ، 439އެސް ޝެރިބަން ޑްރައިވް، ލޮސް އެންޖެލިސް، ކެލިފޯނިއާ އެމެރިކާ

***.

އޮގަސްޓް 28، 1966. ބްރޫކްލިން NY،

ޑިއަރ ފިލިޕް އަލްފްރެޑް،

ތިޔަބޭފުޅުންގެ އެއް ފޮތް 'ރާ-އީޖިން' އަދުގަނޑުގެ އަތަށް އައިސް އަދުގަނޑު މިހާރު
އޭގެ ކޮންޓެންޓްތަކުން ވަރަށް ބޮޑަށް އަސަރުކޮށްލާނެތެވެ؛ އެހާވެސް ބޮޑަށް، އަދުގަނޑު ރާ އީޖިންގެ ރަޖިސްޓަރީގެ ނުވެން. އަހަރެންގެ މެންބަރެއް ފަރުމަހައް ތާވަލު، އެތެންގެއި އަހަރެންގެ އަމިއްލަ މަސައްކަތާއި ނާޒުކް އަދި ތަރުކާރީ އޮގަސްޓު ޓްކޮންގެ ގެންގުޅުނީ، އަދި އަހަރެން ޝާއިޢުކުރިވަނީ ރާ އީޖިންގެ މަދުވެރިކަން އެހެން މީހުންނަށް ފުރިހަމަ ސިއްރެއް ހާމަކުރުމަށް އެހީތެރިވާށެވެ؛ އެހެންވީމާ މިކަން ވިސްނައިގެން އަދުގަނޑު މި ފޯނުވަނީ 20.00 ޑޮލަރުގެ ބޭންކް ޗެކެއް 30 ކޮޕީގެ ފޮތަށް ގެއްލުން ކުރުމަށް

ޖިބާގެ ފޮތެވެ. އަދި އަޅުގަނޑުގެ ރައްޓެހިންނަށް ދިނުމަށް ޖިއަރބޯޓުލޫންގެ ބުލެޓިން ނަންބަރު 1ގެ ބައެއް ކޮޕީތައް ވެސް ޝުކުރުވެރިވަން...

އަޅުގަނޑަށް ކުރެވުނު އޮތް ހުރިހާ މަސައްކަތަށް ކުރާނަން، ޖިއަރބޯޓުލޫންގެ ފޮތުން އަޅުގަނޑަށް ހަމަ ސިއްރަކަށް ރަނގަޅު
ގޮތެއް ހުރުމަށް އޭރިޔާރިވެރިފައިވާތީ. އަޅުގަނޑަށް މިތަނުގައި އެމެރިކާގައި ވަރަށް ބޮޑު ފާހަގަކުރެވޭ އުބާރީ، އަޅުގަނޑު
ހުއްޓުމާއިފައިވާނީ ރަނގަޅު ކުއްލި ދިރިއުޅުމުގެ ތަރުއީން ރަނގަޅު ސިއްރަކަތްގެ މަސައްކަތަން. އަޅުގަނޑަކީ އެމެރިކާން ނަމޫނާވެ
ހައިޓީން ޝޯސައިޓީގެ މެންބަރުކަމެވެ. އަޅުގަނޑު ގަސްތުގައި ތަރަހީ ޖިއަރބޯޓުލޫންގެ ފޮތް މެދުވެރިކޮށް ރޮ-އިޖިންގެ' ގެ އިންޓީރިއަ ފޮތުރުމުގައި
ކުރިއަށް ގެންދިއުމަށާއި، ޖިއަރބޯޓުލޫންގެ ފޮތަށް އިތުރު އެތައް އޭޖެންޓް ގިނަ އަދަދަކަށް ގެންސްޓޭޝަން ކަމަށް ގަބޫލުކުރާ ކަމަށެވެ.
އަޅުގަނޑުގެ މިތަނުގައި ރިހި ފުރުމަހެއް އެބައޮތް، އަދި ޖިއަރބޯޓުލޫން މިރާއްޖެއަށް އަންނަނިކޮށް، އަޅުގަނޑުގެ ދެހާމަންއެގެ ގޮތުގައި
އައިސް ދިބުމަން މަރުހަބާ.

މިސްބަރ.އަޖެރޫމްއަރީ، ގެބްލިއު 5މައިލް ރޯޑް. އެލްގަނީ، ނިއުޔޯކް އެވް. ރައިސް
"ފޮސް: ގުޑް ގައިޒް އޮފް ދަ ގްލޯބް ލަން"of GOOD GUYS OF THE GLOBE

*** .

މޭއިސް އާރު ޖޭން، ސެޕްޓެމްބަރ :1966 ،1

ޕޯބޮކްސް އެކުވެރިޔާ، އަހަންނަކީ ވީގަން އަދި ރޮ ފުޓެރެއް، އަހަރެން މިކަން ދަރުސްކޮށް ކިޔަވައިދެމެވެ.
އަޅުގަނޑަށް މައުލޫ ޖީއަން ރިޕޯޓަރ އިން ޖިއަރބޯޓުލޫންގެ ބުލެޓިން ނަންބަރު 1ފޮނުވުން އަޅުގަނޑު ކަސްޓަމަރުގައި ރިޕޯރިންޖެއް
ހަދައިގެން ހިލޭ ދިނުމަށް... އަޅުގަނޑު ޖިއަރބޯޓުލޫންގެ ފައިގައި ފިޓްމާރީމް މިކަން ކޮންގެންޖެ، އަދި ޕްރިންޓް ކުރުމުގެ ހަރުގެ ވެސް
ދެއްވޭތޯ ...more of these to give away free to my sick friendއަހަރެންގެ އަތުގައި ޑޮން ޖީ ރިކްޓަރ
ޖިޔާއްވާފައިވާ އަޅުގަނޑި ފޮތެއް 'ނޯކާ ދަ ހީލަރ' އެބައޮތް، އެކަމަކު އަހަރެން ބޭނުންވަނީ ޖިޔަ ބުނާ އެއްޗެއް ބަލަން. އަޅުގަނޑަށް
'ރޮ-އިޖިންގެ' ފޮނުއްވާ، އަދި މިއީ ނޯކާ ދަ ހީލަރ އާއި އެއްވަރު ކަމެއް ނަމަ އަޅުގަނޑުގެ އެކުވެރި ފިރިހެނުންނަށް ދޭން އެއީން ހިނަ
އެއްޗެހި ބޭނުންވާނެއެވެ. އަހަންނަކީ ވެސް ޖެރެކްޓް ރައިޓަރެއް ނަމަވެސް އަހަންނަކީ ޓީކްޖަރެއް ނޫން...

ޑިސެމްބަރ :1966 ،11

އަހަރެން އުފާވީ ކަލާގެ ރަނގަޅު ސިޓީއާއެކު ފޮތެއް ލިބުމުން... އެކުވެރިޔާ، އަހަރެންނަށް ހީވަނީ ކަލާގެ ފޮތަކީ ޓޮޕްސް
އެއްޗެއް؛ އަހަރެން ހުރިހާ ދިރާގު ނޯކާ ދަ ހީލަރ އަން ވެރި ކުޅެ އެއްޗެކެވެ. ރޮ ކާނާގެ އަގު ރައްޓެހިތަކެއް ނަނަ އެޕިކޯރިއަންސްމަށްވެރި
ރަނގަޅު މަސައްކަތެއް ނުވެވެ. އަޅުގަނޑަށް ހިވަނީ ޖިއަރބޯޓުލޫންގެ ފޮތަކީ މީހާރު އަޅުގަނޑުގެ ބޭނުންތަކަށް ހުރިމަތެކުރާ
ފޮތެއްހެން، ބޭޒް ފޮތާ އެއްވެރަން، އަދި އެ ފޮތުން އިތުރު ރަނގަޅު ކަނޑައެޅެއް ވެސް ނުރެދޭހަން. އާދެ، އަޅުގަނޑަށް ޖިއަ
ފޮނުއްވީ ފޮތެއްތައް ބޭނުން ކުރެވެން... އަޅުގަނޑު ބޭނުންވަނީ ޖިއަރބޯޓުލޫންގެ އިތުރު ފޮތެއްތަކެއް

ފޮތްތަކެވެ. އަޅުގަނޑު މިދަނޑި ފުލުހުގެއަށް މިޝަނަރީ ދަތުރުއްގައި ކަމަކާއި، މި ދަތުރުގައި ލިޔަބޭފުޅުންގެ ވަރަށް ގިނަ ފޮތްތައް އަޅުގަނޑަށް ބޭނުންކުރެވިދާނެ ކަމަށެވެ. އަޅުގަނޑު މި ފުރުޞަތުގައި ޑރ-އީޓަން ފުރުސަތުދެން ނުކުމެ މިހާރު، އަދި ވަކި ކޮށްތަކެއް ޑރ ގައިޑަކަށް ގެންދިއުމަށް ފެށް އަޅުގަނޑަށް ގޮވާލާފެވެ. މިވަގުތު ލޮޑިއަކު މަރުގެ ހިސާބުގައި އޮރެންޖިއެއްގެން އޮތީ، ގޮތްޖެހުން މަރުވާން ކިރިޔާ ދުއްސުންފާޅުއެވެ. ޝީ އާޓަސް ކުރަނީ ގައިޑް ހުދުމުގައި އާރިތުރިވުމަށް، އަހަރެން އުންމީދު ކުރަނީ ވަރަށް އަވަހަށް މިކަން ކުރާނެ ކަމަށް...

މިސިސް އައިޒެންހިއު ކޮލެޖް، ފޮރި ،240މިޝަން އޭޕް ގެސް، ވ.ޑީ.އެސް.އޭ

*** .

އިސްރާއީލް، އޯގަސްޓް: 1966، 22

ވަރަށް ލޯބިވާ އަލްފްރެޑް އަތެރުގެ. ވަރަށް އުފާވެގެން މިއަދު އަޅުގަނޑު ލިޔަބޭފުޅުންގެ މާލު ފޮތް ޑރ-އީޓަންގެ' ކިޔައި ނިންމާލީމެވެ. އިންސާނިއްޔަތަށް އެއްދުވަހަކު ގުދުރަތީ ކާނާގެ މުޅިންމުޅިކަން ވިސްނިއްޖެނަމަ، މިއީ އިންސާނީ ޚާއްޞަގެ ތާރީޚުގައި އާ ޒަމާނެއްގެ ފެށުމަކަށް ވާނެއެވެ؛ އެއީ ހަމައެކަނި ސިވިލައިޒޭޝަން ވާނެއެވެ.

ތިޔަބޭފުޅުންގެ ހެއްދެވުމާއި އަޅުގަނޑު ތިޔައިނގޭތޯ ފާއިތުވެފައިވާ 43 އަހަރުގެ ނަމަލު ޓެސްޓް ރަނގަޅުން، އަހަރެންގެ އުމުރުން އަހަރު، މިގޭ ތިބި އަހަރު ކުރިން އިސްރާއީލަށް އައިސް ކުޑަތު ހުރިގެ ލޮޅުމާއި ޕޮލަންޑުގެ ޖަރމަނުގެ ގައިގައި މަސައްކަތް ކުރެއެވެ. އަހަރެންގެ ދަރިވަރުގެ ތަޖުރިބާ މަސައްކަތްތަކުގައި އުފާވެރިކަމާއި އިހުސާސްއް ނުކުރެވުނު، ބޭސް (ވިހަ) ޖިސްމަނިން އަހަރެންގެ މައްޗަށް ލާޒިމުވާލިއެވެ. އަހަރެން ވިހާވެސް މަދު މިންވަރަކަށް (ފުރަތަމަ ނަރުސް ނަރުސް) ޖިސްމުގައި މަސައްކަތް ކުރި ނަމަވެސް، އަހަރެންގެ ވިހަ ފުޝަރ ފުރުޞަތު ޖެހި އާއި މާދު ހިތްހަމަޖެހުން ނުލިބުނެވެ! އަހަރެންނަށް ކައިވެނިކުރުމުގެ އުފާ ލިބިގަތް ވާހަކަ މަސައްކަތް ކުރަން ޖެހުނު! އަހަރެންގެ އަންހެނުންނަށް ތަރުބާގެ ލިޔުން... ކަލޭގެ ފޮތް ކިޔައިގެން އަހަރެން ވިސްނި ކަމެއް ޖިސްމުގެން އަހަރެންގެ އަންހެނުންނަށް ޖެހިލައި ފާރިސް ބަހުން ކޮންމެވެސް އަދަބުއްކާތައް ފޮނުވާނެ އަހާލެވެ. އަޅުގަނޑަށް ނަފްސް، ގުދުރަތީ ކާނާއި، އިންސާނާގެ ޖަރާސީމުން ކުރާ އަސަރުގެ ވާހަކަ ކިޔައިދިނަމަ، އަޅުގަނޑުމެންގެ ދަރިފުޅަށް (އަހަރުމެން ދަރިއަކު ލިބޭނެ ކަމަށް އުންމީދު ކުރަނީ) މަރުވެގެއްޖާ އުފެއްދުން ތަކުން ކާނާއިން ނުކެރޭނެކަން!

މިގެ ދަރިން އަހަރު ކުރިން އިސްތަށްބޭލުމުގައި އަޅުގަނޑު ހިންގި ހަރަކާތްތަކުގެ މަދު ތަފްސީލެއް އަޅުގަނޑު ދަންނަވާލަން ބޭނުން. އަޅުގަނޑަކީ 'ދަ ތުރުކީ ވެޖިޓޭރިއަން-ހައިޖީނިސްޓް ސޮސައިޓީ' ގެ ޖެނެރަލް ސެކްރެޓަރީގެ މަގާމު އަދާކުރައްވާ އަދި އެ ހަރަކާތުގެ އެންމެ ހިތްވާ މެންބަރެވެ. އެތަނުގައި ފުރަތަމަ ޔޫރަޕިއަން ޖަރމަނުވާއި ކުރިމަތިލި އިންޓަސްޓިރއަން ފެސްޓީ އުމުރުގެ ވެހިކަލްތަކާއި އަޅުގަނޑުގެ ވެޖިޓޭރިއަން ހަރަކާތުގައި ނުރައްކާތެރި ކަމަކާއި ތަޖުރިބާގެ ޖަރމަނުގައި އަޅުގަނޑަކީ އުމުރުން ނަހަށް ފަސްގައިން ނަށްތަފާތެވެ އެންމެ ބަޑުކަރި ހިސާބުވެ. އުމުރުން

އަހަރެންގެ މިހަކަން ފުރަތަމަރަކަން ގެއްލުންދީ އަހަރެންގެ މައްޗަށް ލާޒިމުވި އަހަރެން އަޅާނުލި، އަހަރެން ކިޔަވާފައިވާ އަދި އަހަރެން ލާބިވާ މީހުން އަބަދުންޖަހައި ދޫކޮށްލުމެވެ. އެކަމަކު އަހަރެން ޖެހުނީ އިސްތިއުފާ އަންނަން. ނަސީބަކުން މިތަނުގައި އަޅުގަނޑުމެންނަށް ވެޖެޓޭރިއަނިޒަމް އާއި ގުދުރަތީ ދިރިއުޅުމާ ބެހޭގޮތުން މިނިވަންކަމާއެކު ދައްކައި ލިޔުމަށް ބުނެއެވެ. 20އަހަރު ފަހު މިސަ ނަތީޖާތައް ފެނިގެންދާނެ ތިބެއިރު އަޅުގަނޑުމެންގެ ތެރޭގައި ވެސް ވެޖެޓޭރިއަނުންގެ ދަރުމަ ކަމަށާއި އަމިއްލަ ވެސް އެބައްޔާ ގަޑިލ ފެށުމަކީ ދަލީލަކީ އޭރުން ސިޓީ ސަލާމަތް ކައިރިގައި!

މިގެ ހަމްބާއްޔާ ދުވަސް ކުރިން އަޅުގަނޑު މިބަނަން ދުވަސް ފަހަރަށް ޖިހާދަކު ކުރިއިރު، އަޅުގަނޑަށް އުފާވިކަން އިޙްސާސް ކުރުވުމުން ދިޔައީ، އެބަސްގައި މަޖާކަމެއް އުޅުން. އެކަމަކު އެންމެ ފުރަބަދަ އަހަރެންގެ އަނބުރާނުން ގަބޫލުކޮށްފައި ގެޔަށް. ފްރީޒު، އަޅުގަނޑު އާދޭސް ކުރަން، މި މައުޟޫޢު ބެހޭގޮތުން ފާރިސީ ބަހުން ކާނާމެސެ އަދަބިއްޔާތާއި އަޅުގަނޑު ފޮނުއްވާށެވެ.

އަސާހިބުގެ ފޮޓޯ ބަލާފާމަލި ލިބުނު އުފާވެއް، އޭގެ ޝުއުރުވެރި އަދި...
ދުވަހާ ސިއްޙަތާއި. އޭނާގެ ސިއްޙަތު އިހުސާސް ކުރުމަށް ހަމައެކަނި އޭނާގެ ތަސްވީރަށް ބަލާލުމުންނެވެ.

ނޮވެމްބަރ 12، 1966:

ވިޔަބާރުކުރުންގެ ވަރަށް ޝައުގުވެރި ފްރެންކް ލެ-
ކައުންޓް އޭގެ ފާރިސީ ވާޝަންގައެވެ. އަޅުގަނޑު ވިޔަބާރުކުރުންނަށް ޝުކުރުވެރިވާ، އަޅުގަނޑުގެ އަނބުހުރުންނަށް އެ މައުޟޫޢު ރަނގަޅަށް ވިސްނާނެ ކަމަށް އުންމީދު ކުރަމެވެ. އަހަރެން ވެސް އުންމީދު ކުރަނީ އަހަރެންގެ ދަރިފުޅު ކައްކާފައި ހުންނަ، ގުދުރަތީ ނޫން ކާނާގެ ގައުމުތަކުން އިސްތިސްނާ ކަމަށް!...މެޑިކަލް އޭގެ ނަލިއްޔަތުތަކުގައި އަހަރެން މަސައްކަތް ކުރި ނަމަވެސް އަހަރެން ބަލަހައްޓަނީ ސާފުތާހިރު ދިރިއުޅުމެއް ޤާނޫނާ މީހުންނެވެ. އަހަރެން ތެރޭގެ ހުރިއިރު އަހަރެންގެ ބަލިމީހުން ބަލަހައްޓަމުން ދިޔައީ ގުދުރަތީ ސާފުތާހިރު މީހުންގެ ގޮތުގައެވެ. މިހާރު އިސްތިއުފާގައި އަޅުގަނޑު ފުރަތަމަ ދިރިއުޅުން ހުދަން ޖެހޭތީ، އަޅުގަނޑު މަސައްކަތް ކުރަން ޖެހުނީ މެޑިކަލް އޭގެ ނަލިއްޔަތުގައެވެ.

ވަސްނަކާން އަޅުގަނޑު މަސައްކަތް ކުރަން ޖެހުނީ ހަމައެކަނި މަސްތިވާތަކުގެ ނަތީޖާ ދެއްކިއެވެ. އެކަމަކު ހޮސްޕިޓަލް ދިރިސްޓިއު ނަމި މިއީ އެކަށީގެންވާ ވަރަށް ހިތްހަމަޖެހޭ ކަމެއް ނޫން، އެހެންވީމާ ބައެއް ނަތީޖާތައް ފެނިގެންދާނެ އަޅުގަނޑުމެން މި ހުރަސް އަޅުގަނޑުމެންނަށް އޮޕަރޭޝަން ތައްޔާރުކުރަން ބޭނުން! އަޅުގަނޑު އުންމީދު ކުރަން ކައިރި މުސްތަޤްބަލްގައި އަޅުގަނޑު އެކަމާ ބެހޭގޮތުން އިތުރަށް ލިޔައިދޭނަމޭ.

ޑރ. ޖޭސަފް ރަޖަން، 170/2އަލްޖަޒީރާ ސައިންޓް ލިއިޑާޓް- މަލާޒީ، އިސްތާއިލް

*** .

ބެލްޖިއަމް ފާކް، ކެލިފޯނިއާ އޮކްޓޯބަރ 14، 1966.

ޑޮކްޓަރ އެކާވެރިޔާ:

އިސްތިހާރުތަކުގެ ފޮޓޯސްޓެޓް 'މައުސޫޢީ ޖީހާން ރިޕޯޓަރ' ގައި ޓީ-އިޖިންގެ އާއި ބަޔަ ގޮތުން ވިދާ ޕިރުއުވި ލިބުން ފެށުމުން
އަމެރިކާގެ އުފާވިއެވެ. އެޖެތެރި އަހަރެންގެ ބޭބެއެވެ. އޭނާގެ ކަރުދާހުގައި ތިބޭގެ ފޮތުގެ ވާހަކަ ޕާރުޓީތަކުގައި އަހަރެން އުފާކުރަމެވެ.
އަމެރިކާ ވަރަށް ޝައުޤުވެރިވެސް ކޮށް ކާނާއަށް ބައޭ އިތުރު އަދަބިއްޔާތަށް، އެހެންވީމާ އަމެރިކާގެ އާޓް، އަމެރިކާގެ ފުރަތަމަ އާޓު
ފޭންވެސް، އަމެރިކާ މި ވަރަށް ބޭނުންވާ ރަޖިސްޓަރީ ފޮތުރުމަށް ގަސްތުކުރެއްވި.

ޖޫން 20، 1966.

އަމެރިކާގައި ލިބުނު ޕިއަރބުކްރޫޝްގެ އަޑުހުރި ފޮޓޯތަކެވެ. އެއީ ހަމަ އަހަރެން ބޭނުންވާ އެއްޗެހި... އަހަރެން އަޑުވަޖަން ކުރަން
އާ ފޮޓޯތައް ވަރަށް ބޮޑަށް، އަދި އެންމެފުރު ކުރަން އެކި ދެއްކުމަށްތައްގެ ޕޭނަ ބަޔަކަށް އާ ފޮޓޯތައް ހުރިދާނެ ކަމަށް އަމެރިކާގައި
އެކަން ކުރުމުގެ ނަސީބު ލިބުނު ގޮތަކީ...

ނޮވެމްބަރ 13، 1966. އަމެރިކާގެ އުފާކުރަން މިހާރު ޕިއަރބުކްރޫޝްގެ އިތުރު ބައެއް ފޮޓޯތައް އާޓު ކުރެވޭނީ، ޓީ-
އިޖިންގެ'. އެއީ މިހެން ބޭނުންވާ އެއްޗެއްކަމެވެ. އަހަރެން ބޭނުންވީ މި އާޓު މާ އަވަހަށް ފޭންވެސް، އެކަމަކު މަޖާކުރީ ފައިސާ
ސަލާމަތް ކުރެވޭނެ ހިސާބަކު. އަމެރިކާގައި ހިވަރި ދުވަސް އަންނަ ފަހަރު އަވަހަށް އާޓު ކުރެވޭންހެން، އަމެރިކާގެ ބައެއް ކަންތައްތައް
ބެލުމައްޓަކައި ހުރުމުން... އަމެރިކާގެ އެކަނި އުޅޭނީ، އަމެރިކާގައި 89 އަހަރު ފުރާނީ 5 ފެބްރުއަރީ 1967 ގައި، އެހެންވީމާ
އަމެރިކާގައި ފޮޓޯތައް ހިފައިގެން ނުކުމެގެން އެމްބަސީ ވިއުކާގައި ނުކުރާނެ ޖާގަ ކަން ކުރެވިދާނެއެވެ. އަމެރިކާގެ ނަމާއި އެކުއެކު
ފޮޓޯތަކުގައި ލިޔެ، އާ ފޮޓޯތައް ޕިރާނީ މިހުންނަން ލުނު ދުވަސް މިދަނީ. އަހަރެން ބޭނުންވެސް ފޮޓޯތައް ވަރައިގެން ހިނގާލަން
ކަމުން އަހަރެންނަން އާ ފޮޓޯތައް ބޭރަން ނުދާވެސް މިހެއްގެ ގެ ވަރައިގެން އޮންލައިން... އަހަރެން މަސައްކަތް ކުރަމުން އަދި
ގުދުރަތީ ކާނާގެ އުސޫލު އަހަރެންނަން އެނގޭ ގޮތުގައި ގޮތްގަނޑަކަށް ހުރިހާ...

މިދިޔަ ދުވަހަކީ. މި ހުރިހާ މަސްދުލު ފަހު އަހަރެންގެ ބަޔާކުގައި މަސައްކަތް ކުރިއިރު، އަހަރެން ވަރުބަލިވެއް ނޫން...

އާރަވް އަލި. ކާފުންބަރ، ކެލިފޯނިއާ އެމެރިކާ

***.

އަލްބަރުޓާ، އޮގަސްޓް 9"، 1966.

ސާބަ،

އަމެރިކާގެ 'މައުސޫޢީ ޖީހާން ރިޕޯޓަރ' ގެ ކޮޕީތަކެއް ހިފައިފިން، އަދި ޝައުޤުވެރިވެސް 'ފެށުމުގެ އަޑު ޓީ ފުޅު' މި ލިބުމަކީވެ.
އަމެރިކާގައި 75 އަހަރު ޖީވާން ތިމަގޭ، އަދި ގުދުރަތީ ގޮތުން ޓީ ފުޅު ގައިޑްގެ ސިފަތަކުން ފައިދާ ހުރަސް ބޭނުންވާ ތިމަގެވެ.
އަހަރެންނަށް ކުރީގެ ދުވަސްވަރު އެތިލީގައި- އެކަމަކު ކައުކާ ކާނާގެ ގައިޑްތަކަން ހުރިހާ ތިމަގެވެ.

Machine Translated by Google

މައްސަލައަކީ ރަނގަޅު ފައްޓަވައިދޭ ތަރުކާރީއާއި މާލާ ހުރުން- މިނަރަލް އިންޖެކްޝަންތަކުން އެއްކިބާވެ، މިތާ ކުށްޖާގައެވ.

ޖޯޖް ބެއިން ސަދަރލޭންޑް، ކުށްޖާ އެވ.

***.

ސްވިޓްސި، މާރޗް 1، 1964.

ޑަބްލިއު އަލްފްރެޑް އަޖާރޯލް،

ޖެންއަރީ މަހުގެ ކުރީކާލު، 'ޖޫނަރިޖް' ފްރޮގްރާމް ބަލަހައްޓަން ދަނީކަން އޭނ...
އަހަރެންގެ ޒީލު ސެޓް، އަލުގަނޑު ކަރަންޓް ވެގެން ދިޔައީ ޖިއޮބިލޮޖިކަލް ފޮތްގެ ނަޖެރަކުން، އަދި އެ ފޮތް ކިޔުން މަޑު ބައިތަކެއް އަޖު އިވޯލުންނޑް. އަލުގަނޑު ވަރަން ޝައުޤުވެރިވި ޖިއޮބިލޮޖިކަލް ފޮތްގެ ކާފިއެއް ލިބުމަށް. އެހެންވީމާ، އަލުގަނޑު ޖީޖީސީއަން ލިޔުނީ، ފްލޯރިޝް، ފްރަ ކަންކަމުގެ ބޭނުންވާ ތަފްސީލާތައް ހޯދުމަށް. ނަމަވެސް އެމެރިކާގެ އަތްގަޑި އާތް ހަމައެކަނި އެޖެންސީ އަލުގަނޑެވެ ޖޫނިއޮލޮޖީ އަހަރެން ނިސްބަތް ހަމައެކަނި ޝޫކުރު އެދުނުކުރަމާއި މެސެޖް ފޮތްރުމަގައި ކޮމިއުނިޓީއަށް އެދިން ނަމަ ޖިއޮލޮޖިކަލް ހިދުމަތް. އަލުގަނޑު އެއްބަސްވަން، ވަރަން ފުރިހާއަކު، ކޮމްއަން އެޖެންޓްފެމިލީ ހުރިހާ ފޯރީގާ ހަމަލާތަކުގެ ތަރައްޤީ ގެންދާ ގެއްލުން ބޮޑު ކަމުދޭ. މިއީ ތަންފަރަ ތަފާތު ދަނިދުއަކަން ފަދަކަން ކަމެއް. މިބާގެ ފޮތެއްގައި އިލްމީމާސްޓަރސްފާ ޑޮކަން އިންޓަނެޓްތަކުން ކައުމުގެ އާދަތަކަން ބަދަލު ގެނެސްދިނުމަށެވެ. މިއަދު ނަމޫނާއަކީ މުއައްދު ދަނިވާރުގައި އިންސާނުންގެ ހައްޤުތަކަން ކުރާ އެންމެ މަތީ މަސައްކަތެވ. މިބާއަކަން ހައިލް- މިޖުމާނުގެ އެންމެ މަތީ ނަހިއްސާ...

އޭޕްރިލް 29، 1964. މިދިއަ ބުދަ ދުވަހު ޖިއޮބިލޮޖިކަލް ފޮތާއި ސިޓީ އައިއިރު ކޮންފަދަ އުފާވެރި ދުވަހަކަށް ހެއްދެވޭ؟ އެއީ ޖަހައިގަން، ބައިއަށް ފަހަރު އަހަރެން ސިއްސައިގެން ގޮސްފައިވާ ކަމެކެވ. އެންމެ މަތީގައި އަލުގަނޑު އަލިކަން އަރުކޮންޓެކް، އިންސްޓިޓިއުޓް ކޮންޓްރިބިއުޓް. އަހަރެން ކުޑައިރުއްސުރެ، ސަވްނޭ ސްޓާފްގައި އުތަރު ކެޖްޝަންތަކުން ހިތުރަސްކުރިއިރު، އަހަރެން ހުރި ހަމަގައެވެ. ('އަދި ޖިއޮބަޔޮލޮޖީ ހަނީބަންސް އެއީ، ބަޔޮބަންސް ޖިއޮބަޔޮލޮޖީ މިހިރަކަށް'). އެ ހުރުން އަހަރެން ގެންދިއައި އެކި ރާއްޖޭގެ ތަރައްޤީ، ރައްކާތެރިކަމާ އެކު، ދުނިޔޭގެ ފެށުމުގެ ފަރާތުން އެއީ އަން އަދި އެންމެ ފަހުން ދިރުއްވާ ހަމަގައިމު ދަރުބާރުގެ މައްސަލަތަކުގެ ހަމައެކަނި ގޮތުގެ (އަހަރެންނަން) ބަދަލުކުރަނީ މިއަށްވުރެ. ކޮންފަދަ ދިގު ދަތުރެއް ހެއްދެވޭ. އަދި މިތަނުގައި، އެންމެ ފަހުން، ޖިއޮބިލޮޖިކަލް ގޮތަށް ބަލާއިރު، އަހަރެމެން އިހްސާސް ކުރެވޭ 'THIS IS IT'`އެވ. މިފަދަ އަޖައިބު ކުރުވަނިވި ހަދިޔާއަކަށް ޝުކުރުއްދާ، އަދި ޖިއޮބިލޮޖިކަލް ސިޓީ ފެށު ހަޖަން ކުރައްވާ...

ފެބްރުއަރީ .1966 ،3އަސްއުކާފުސް ލިޔަބޭފުޅުންގެ ވާހަކަ އަޅުއަހާފައި، އަދި...
ލިބޭގެ ނަމޫނާއަށް ތަބާވާ ޗީހުން ހުއްޓާފައިވާ އެތަނެއް ކާމިޔާބީތަކެއް ލިބޭގެ ޕީޑްޒެން ދަސްކުރައްވާ... އަހަރެންގެ އަމިއްލަ ކާފަދަރިފުޅުގެ ވާހަކަ އެނގޭތޯ ޝައުގުވެރިވާނަމެވެ. 1964ވަނަ އަހަރު އޭނާގެ ނާރުތަކް ފުލައިގެން ގޮސް، ކުޅޭ ދުވަސްކޮޅަކަށް މެންބަރު ހޮސްޕިޓަލްގައި ހުއްޓެވެ. އޭނާ ނުކުތުމާ މާޔިނައިރުމަކާއް ނުވެ، އަހަރެންނަން ލިބޭގެ ފާޑުގެ ކާޑުއެއް ފޮނުވައިލެވުނީ... އޭނާ ރޯ-އިޓީންގެ އަން ދިހަވަނީ ފެން ޖަހަން ގެއް އެއް ފެކަވިން، އަދި އަޖައިބު ކުރުވަނިވި ރިކަވަރީއެއް ކުރިއެވެ. އެކަމުގެ ސަބަބުން އޭނާގެ މުޅި ނަޒަރިއްޔާތާއި ޝަޚުސިއްޔަތު ބަދަލުވެ، ކިޔުމުގަން މިހާރު އަންނަނީ ރަނގަޅު ކުރިއެރުމެއް ހުރަހުންނެވެ. އޭނާ އަދި މެންޓަލް ޑިސެބިލިޓީގެ އާބާ ސްޓޭޖެއްގައެވެ.

މިސިސް ޖޭނާ ހެރިސް، 11އޮކްސްބަން ބްރޭސް، ވެސްޓް ކްރޯސް، ސްވަންސީ، ގްލެމޯގަން، އިނގިރޭސިވިލާތް.

***.

ސަތުރުދުސީ، ފެބްރުއަރީ .1964 ،20

ސާރާ،

އަޅުގަނޑަށް ލާޒިމުވާން، ހެޔޮނަން ގޮތުގެ ތަފްސީލު އަޅުގަނޑަށް ދެއްވައިދިނަމަ
އޮބްރާގް ޖީއޯއްފޮޅައިވާ 'ރޯ- އިޓީން' ގެ ނަމުގައި ޖީއޯޅައިވާ ފޮތެވެ. ޖަންގަލަގައި ހުންނަ އިނގިރޭސި ބްރޮޑްކާސްޓިން ކޯޕަރޭޝަން އަޅުގަނޑަށް ލިޔަބޭފުޅުންގެ އެޑްރެސް ދިނީ، އެ ފޮތަކީ އިނގިރޭސި ބަހުން ލިޔެފައި ފޮތެއް ނޫންކަން އަޅުގަނޑު އަންގާފައި ވާތީއެވެ. އަޅުގަނޑު ފަރާތުން ބޭނުން އެދުން ކޮށްދީ ލިބޭތޯ.

19މާރޗް، .1964މިދިޔަ ބުރާސްފަތި ދުވަހު، މާރޗް މަހުގެ 12ވަނަ ދުވަހު އަޅުގަނޑަށް ލިބުނު ރޯ-އިޓީންގެ' އާ ބަޔާ ފޮތަށް ވަރަށް ބޮޑަށް ޝުކުރު އަދާކުރަމެވެ. ލިޔަބޭފުޅުންގެ ފޮތުގެ ކޮންޓެންޓްތަކަކީ ހަމަކަށަވަރުން އަޅުގަނޑަށް ފަޒީލަތެއް، އިންސާނާގެ ބޭނުންތަކާއި ޝަރުޖުމާ ބޭއްޔާގޮތުން އަޅުގަނޑަށް މިހާތަނަށް ކިޔާފައިވާ އެންމެ އަޖައިބުކުރުވަނިވި ފޮތެވެ. އަދި މުޅި ފޮތުގައި ފޮތުގެ މައުޟޫޢަކީ ކިޔާ އިޤްތިބާސްތަކާއި އަދި ހިތްގައިމު މައުޟޫޢުއާއި ކަނެކްޝަން އަޅުގަނޑު ހިތަށް އެރިއެވެ. ކިޔުމުގެ ދިގުމިނާއި، ފޮތް އެކަމަކަށްވުރެ މަސައްކަތްތަކެއް ގާތްކުރުމުގެ ހުރިހާ ކަމަށް ވަނީ އަޅުގަނޑު ފާހަގަކުރަމެވެ. މިއީ އަހަރެންނަން ހަމަގޮތުގައި އިސްލާމް ކުރާ ގޮތުގެ ވަރަށް ނިކަމެތި އިޝާރާތެއް ކަމަނާއި އެހެން މީހުން ޝައުގުވެރި ކުރުމަން ކުރާފަދަ ހުރިހާ މަސައްކަތެއް ކުރާނެ ނަމަވެސް ޖުމްލަ ކަބައިކަން އަސްލުމާއި ޢާދަޔާއި ބަދަލުކުރަން ޔާދު ފުސްޖެހިފައިވަން އަސްލުމަޔާ ފެސަލަ މަސައްކަތެއް ނުވާނެ ކަމަކަށް އުއްމީދު. އެހެންނަމަވެސް އަޅުގަނޑު ކުރިމަތީ އޮތް ހުރިހާ މަސައްކަތެއް ކުރާނެ ނަމަ އިހްސާން ގަބޫލުކުރަނީ ލިޔަބޭފުޅުންގެ ފޮތަށް ފޮނުވަން... ޝައުގުވެރިވާނަމަ ކަންކަން ހިނގަމުންދާ ގޮތް ދެނެގަތުމަށް އަންގާނަން...

މިސިކް ވީއެމް ރެކޯޑިންގ، 26ވިލްޓްޝިރއް ރޯޑް. ސަޑުބަރީ، ހަންޓްސް، އިނގިރޭސިވިލާތް.

***.

ސަންޑޭ ޓައިމް، ނޮވެމްބަރ .1964 ،27

ސޯރީ

އަޑުގަނެވެން ލިޔަބޭފުޅުންގެ ފޮތް، 'ރޯ-އީވިންގ' ކިޔުމުގެ އުފާ ލިބުން، އަދި އަޑުގަނޫގެ އަމިއްލަ ފޮތެއް ލިބުން ވަރަށް ބޮޑުން. އަހަރެންގެ ދެ ރައްޓެހިންނާ އެކަމާ ބައްދަލުވުން މަޝްވަރާ ކުރުމަށްފަހު، އެމީހުންވެސް، އެއްޗެއް ހެދުމަށް ޝައުގުވެރިވާތީ، ތިން ފޮތަކަށް 4.50ޕައުންޑް މަސައްކަތްވެއްޖެ ވަރުގަދަ... އަހަރެން އެންމެ ހާސްވަނީ މި ފޮތްތަކެއް ލިބުމުން... އަހަރެންނަށް 100 ޕައުންޑް މިހާތަނަށް 'ރޯ ފުރޭރ'، އަދި ޝައުގުވެރިވާ މީހުންގެ ދުނިޔެއި ރަނގަޅު ވާހަކަ ގެނެސްދެވުން މިދަނީ. ރޯ ކާށާ ތަކެތިން އަހަރެންގެ ފުރާނަ ސަލާމަތްވެއްޖެއެވެ.

ޖެނުއަރީ 1965: ،21

10.00ޕައުންޑުގެ ޖުމްލަ އަގަކަށް ހޯދުމަށް އެދި އިންވޮއިސް އެޓޭޗްކޮށްފައިވާ 'ރޯ-އީވިންގ' ގެ 15ކޮޕީ ލިބުމުން، އަޑުގަނޫ މި އެކަމަށް މިދަނީ ބޭންކް ޗެކްފޮނުވާށެވެ... އެގޮ އިތުރުން އިތުރު 15ކޮޕީ ރޯ-އީވިންގ އަށް އިތުރު 10.00ޕައުންޑު.' "ލިޔަބޭފުޅުންގެ މި ފޮތް މަސައްކަތުގެ ތެރެއިން، ރޯ ކާށާ ކައުމުގެ މުޅިންމުޅިން ރައްޔިތުންނަށް ވިޝްނައިރިންގަނޑު ލިބުން ފުރުސަތަކީ އަޑުގަނޫ ހަޔާތުގައިވެސް އަމުވެޖެން ކުރަން. ޝުކުރިއްޔާ."

ފެބްރުއަރީ 1965: ،2

'ލޯބްސް ލައިވް' ގެޔޮންގެ ކޮޕީއަކީ މާބޮން ރައިސްކުގެ ފޮތް ކިޔުމަށް ލިބޭގެ އެއްޗެހިތަކު އާބިކަލް، `އެޖެވާންޓްރޭސް އިން ރޯ ފުރޭސް'.

މި މަހުގެ އަދަދުގައި އަޑުގަނޫގާއި އަޑުގަނޫގެ ފުރިމިހާ 100ޕައުންޑް ރޯ ކާށާ ކާން ފުރި ގޮތް ކިޔައިދިފައިވާ އަޑުގަނޫގެ ސިޓީ ގެންގުޅެއެވެ. އަޑުގަނޫމުން އެންމެ ޝައުގުވެރިވެސް މިކަމާ ދެނު ކަމަށާއި، މި ކައުމުގެ ގޮތް ފުރާމާޓް ކުރުމަށް މާބޮންއަށް އެހީތެރިވެދޭމުން ގެންދާނަން، އަޑުގަނޫމުންނަށް ވިހާވެސް ގިނައިން.

އަމިއްލަ ފޮތެއް ކަމަށްވާ `ރޯ-އީވިންގ' އަކީ ހަމައެކަނި މާލު ފޮތެކެވެ. އަޑުގަނޫ ވަރަށް އުފާވެއްޖެ މި އިލްމު ހޯދުމަށްދާ މީހުންގެ ދުނިޔެއި ބަހާލެވެ. މިވަގުތު އެއީ ވަރަށް މަދު ބައެއްކަން ތެރެއް ނަމަވެސް، ވަގުތު ފާއިތުވަމުންދާ ވަރަކަށް އޭ ވިސްނުން ގިނަ ބޭނުކަން އަންނާނެ ކަމަށް އަޑުގަނޫ ގަބޫލުކުރަމެވެ. ހާއްސަކޮށް މީހުންނާ އެކު މަޖައުސް މަސައްކަތް ކުރުމަށް ވަރަށް ހިތްހަމަޖެހޭ ކަމެކެވެ.

6، 1965: މެއި

'ލެޓްސް ލައިވް' ގެ ފަހަތުގެ އަދަދުތަކަކަން އޮރިޖިނަލްގެއިހަށަނަޔާ ދިބީޓަލްސްގެ ސިންގަލް އަޅުގަނޑުމެން ލިބުނު ނަމަވެސް އަޅުގަނޑުމެން...
am sorryހެވެތު ފުދޭ ސްޓޫޑިއޯން ހުރިހާ ކާޑުއެއް ވިއްސަށް. އަޅުގަނޑުމެން ފާޑުވަސް ލޯއި މަހުގެ އަދަދު ކަމަށާއި
ސަބްސްކްރިޕްޝަން ނަގަން ބޭނުން ނުވާ ހިނދުކު ޖިރިގައިވާ އަދަދުތަކަށް ފާޑުވަމުން ގެންދާނަމެވެ.

އަޅުގަނޑު ދިބީޓަލްސްގެ ސިޓީގެ ކާޑެއް މާޗިން ޖަޒީރާއަށް ފޮނުވި، އޭނާގެ ފެބްރުއަރީ މަހުގެ ދިރުން އިސްތިހާރު ކުރުމަށް
ޖަވާބުދާރީވެ ދެމެހެއްޓިއެވެ.

އަޅުގަނޑު ޝައުގުވެރިވާނީ ދިބީޓަލްސްގެ ދުވަސް ޖަލްސާ ނިމުމުން ކާޑެއް ލިބުމަށެވެ. އަޅުގަނޑުމެން ދިބީޓަލްސްގެ
ފުރަތަމަ ފޮޓޯއުމް ވިއްކުމުގައި ތަނުގަޔާ ކާމިޔާބީއެއް ލިބިފައިވާތީ، ބައެއް ފޮޓޯގްރާފަރުން އަތުގައި ބެހެއްޓުމަށް ބޭނުންވާނެ.

މިސިސް ހެލެން އޭޑް.ބަލްބަކް، 818ވަނަ ސައުތް ސަންބީމް ޑްރައިވް، އޮމާހާ

*** .

ވިނިސް، ކެލިފޯނިއާ، ސެޕްޓެމްބަރ .1964 ،29

ޑޮބްލިން އަލްފާސިލް އަބްރަހާމް،

ފަހަރަށް ބޭނުން ޝޮޕިންގާ ދިބީޓަލްސްގެ ފޮޓޯ `ޓް-ޝެޕިންގ' ގެ ދެ ކާޑު އަޅުގަނޑުމެން ހިފެހެއްޓުން ފަހަރަށް އުފާވި.

ކުއްލިއަކަށް ހުސްނަ ކާއުމްތަކަށް ކުރުން ހުއްޓާލި މިގެ ފަސް މަސް ކުރިންނެވެ. އަހަރެންގެ އުމުރުން 31އަހަރު ކުރުން ފަހަރު
ތަނަވަސް ދިއުމަށްފަހު ކުރިޔަށްދިޔަ. ކޮންމެ ދުވުމަށްޓަކާ އަހަރުން މުދުތަކަށް 5-2ގަޑި ދުވެ، ފަޅާ، ފެތުމަށްދަތުރުތަކުގައި ހިސާބުވަން. މީގެ ތެރެން
ހަފްތާ ކުރިން އަހަރުން އުއް ދުވަހުގެ ތަރައްގީ މަހުސޫޅ ވިއުކެއް އަށް ހަމަވެ ކާމިޔާބުވިއެވެ. ދުވާލު ދަތުރަކީ 26ގަޑި ކުރަންޏާ ހުރި
ފެތުމަށްދަތުގެ އޮސްޓްރޭލިޔާ 14،500ފޫޓްބަން ވެރި މަތީ ދަތުރުކުރުމަށް ކުރަންވި. އަހަރުންގެ ޖުވާލުސް ޓްރޭބަލް 58-60އެވެ. އަޅުގަނޑު މިހާރު
އެއްޗެއް ދަސްކުރަމުންދާ ބޭނުންވަނީ، ކުއްލިއަކަށް ކުރެވޭ ކާމިޔާބީ އިސްލާމީ ދީނުގެ ހެދިލް، ތަކުލީފުތަކެއްގެ ޖަވާބެއްކަން އޮންގާވާނެ.

އަޅުގަނޑު ފަހަރަށް ބޭނުން ޝައުގުވެރިވަމުން ދިބީޓަލްސްގެ ފޮޓޯ އުމްރުކާގައި (އަދި ފަހަރުއްގައި ކާޑެއްގައި) ވިއްކުމަށް. 500
ނުވަތަ 1،000ކާޑުއަށް އެދުނީ ކިޔަވަރުއްކަން އަޅުގަނޑު އަސްލާވަތުއްވާ...

6، 1966: ފެބްރުއަރީ

އަހަރެންނާއި އަހަރެންގެ އަންހެނުން މިހާރު މިތިބީ ގޮތްގަނޑެކަން ނެ އަހަރު 100 ޖަސްޓިސް ކު ކާނާއެއްގައެވެ
އެންމެ ރަނގަޅު ނަމޫނާ ލިބޭ ގައިޑެއް. އެކަމަކު އަޅުގަނޑު ފޮނުވަނީ އަޅުގަނޑުގެ އަންހެނުން ޝަރީ ލިޔުއްވާ، އަދި 'ލެޖެސް
ލައިވް' މަޖައްލާގައި ކޮޕީރައިޓްކޮށްފައިވާ ލިޔުމެއް. ޖުލައި .1965ގެ ލިޔުމާއި އެކުލެވިގެންވާ ތަސްވީރުތައް ބޭނުންކުރުމުގެ ހުއްދަ
އަޅުގަނޑުމެން ދެމުވެ.
އާގެ ޕެރައިން އެއް ޕަސްޕޯޓަކީ އަހަރުމެންގެ ފަރާތުން ދޮޅުވާ ރައްޓެއްސެއްގެ ޓީ-ޕީގަން ޕަސްޕޯޓެވެ. އޭނާ ސިންގާޕޫރާ (އެޑިޓަރުން)
ރަސްމީން ކުރެހި ހުސްއަޕުން ކަމަނާއި، މި ސިންގާޕޫރުގެ ހުރިހާ ދަތުރުތަކާއި ނިސްބަތްވާތަކުން ވެސް ހުންނަ ކަމަކެވެ. މިޔަ ޝޯފަރމަން
އަޔަ އޭނާގެ ނަމެވެ.

އަހަރުމެންގެ ކާނާ ރޮކޯނު ކާނު ޖެހިފައިން އަހަރުމެންގެ ދިރިއުޅުމުގައި ދެވަނަކުވެސް މިހާ ރަނގަޅު އިހުސާސެއް ނުކުރެވެއެވެ.
ތިއަބޭޖުފުންގެ ފޮޓޯގެ އަޅުގަނޑުމެންގެ އަތޮޅުގައި ރޯ ކާނާއާ ބެހޭގޮތުން އެންމެ ރަނގަޅު ފޮޓޯއް ކަމަނާއި، ތިއަބޭޖުފުންގެ ފޮޓޯ
އަޅުގަނޑުމެން ގިނައިން ކިޔަމުވެ. އަޅުގަނޑުމެން ބޭނުންވަނީ ރޯ ކާނާގެ ހަލިގަތް ފޮޓޯތަކެވެ... އަޅުގަނޑުމެންނަށް ހިމަނާ
ތިއަބޭޖުފުންގެ އަޖައިބު ކުރެވުނު ފޮޓޯ ގިނަ ބަޔަކަށް ލިބޭން ޖެހޭނެއެވެ.
އެކަމަކު ހިމެނޭ 20.00 ޑޮލަރުގެ ޗެކު އޮޅުވާލެވެ...

މިސިސް ޝާރލީ އެންޑް މިސްޓަރ ޓެރިލޯޑް ބާއި، 1015ވެސްޓް ބްލޫވަރޑް. ވެސްޓް، ސީ.އޭ.
ޔޫއެސްއޭ އެވ.

***.

ކާލިފޯނިއާ، އެސް.ސީ. ޖެނުއަރީ 7، 1965:

އަޅުގަނޑަކަށް ފަރާތުން ކަމުދިޔަ ލެޓެސް ލައިވް މެގަޒިން- ޑިސެމްބަރ 1964ގައި ތިއަބޭޖުފުންގެ ފޮޓޯކޮޅު ރޯ-އީޓިންގ' އާ
ބެހޭ ލިޔުމުއް އަޅުގަނޑު ލިޔުނީ ލިޔުންތެރިޔާ މާރިން ޖޭ އަރުވެ.
ފްރިޓްޒް، އަދި އޭނާ އަހަންނަށް ނަސޭހަތްތެރިވި އިނގިރޭސި ވެޖިޓޭރިއަން މެގަޒިންއަށް ލިޔުމުން އެމީހުން އަށްއުރާވެސް
އަހަރެންނަށް ތިބާގެ އެޑްރެސް ދިނީ...

މިސިޒް. އަމިރީން ގާލަމަން، ޔޫއެސް އޭ

***.

އަޅުގަނޑުގެ ފެރިސީ ފޮޓޯ ކިޔުމަށްފަހު، އަބަދާންގެ ޖެންބަލްމަންއަކު ލިޔުއްވި ސިޓީއަކުން ނަގާފައިވާ ބައެއް:

އަބަދާން، 25ޖުލައި :1965

ޑޮބްވިލި އައުޓްސައިޑް އަޖެރްކޮށް،

ތިއަބޭޖުފުންގެ ކުރެކުރެ ފޮޓޯކޮޅުން އަޅުގަނޑުގެ ނަފްސާނީ ނަޒަރިއްޔާތަށް ފަރާތުން ބޮޑު ބަދަލެއް އައިސްފައިވާތީ، އަޅުގަނޑު
މިހާރުވެސް އަމިއްލައަށް ދެކެނީ ރޯ ކާ މީހެއްގެ ގޮތުގައެވެ. އަހަންނަކަށް ނޫޅޭ

ޝުކުރު އަދާކުރާން ބޭނުވެ. އަހަރެންގެ ފުރާނަ ކަލޭއަށް ދަރަނިވެރިވާ ކަމަށް ބުނެލަދީ މާ ބޮޑު ކަމެއް ނޫނެވެ.
ތިބާއަކީ އަހަރެމެންގެ ޖަމާތުގެ އިސްވެރިޔާ، ބަލިމީހުންނާއި ބައި މަރުވެފައިވާ މީހުންނަށް ދިރިއުޅުން ދެއްވަމުން، އަދި އެކަމުގައި
ކޮންފަދަ ފާނޫ ދިރިއުޅުމެއް ހުއްޓުވީ!... ތިބާގެ ފޮތް ކިޔައިގެން ދިރިއުޅުމުގެ ވައްޓަފާޅި ބަދަލު ނުކުރެވިދާނެ ކަމީ އަހަންނަށް
ގަބޫލުކުރަން ދަތި ކަމެކެވެ.

ސަދަރަތު، އަބަދާން،ފާރިސް.

***.

އަޅުގަނޑުގެ ބޮޑު ޖަލްސާ އަލްޖީރިއާ ބަހުން ޝާއިޢުކުރުމާ ގުޅިގެން، ތޯ-
ކުއްމަލީ އަލްޖީރިއާގައި ޖިނާ ފޮލޯވަރުންތަކެއް ހުރަމުން އަންނަ ކަމެކެވެ.

ޕެރިވާން، 24މާރިޗް، 1961.

ލޯބިވެތި އަލްފާސިލް ހާވަންނުސިއަން،

އަލްޖީރިއާގެ އެކަޑަމީ އޮފް ސައިންސަސްގެ ސެންޓްރަލް ވައިސްރޮއިއަށް ޝުކުރުވެރިކަމާއެކު ތިޔަބޭފުޅުންގެ މަސައްކަތުގެ
ފުރަތަމަ ޖަލްސާ ތޯ-އީޖިންގެ ލިބިއްޖެއެވެ. "ތޯ އީޖިންގ" ގެ ނަމުގައި ތިޔަބޭފުޅުންގެ މަސައްކަތަށް އަޅުގަނޑުމެންގެ އެތައް
ކިތަންމެ ރަނގަޅަށް ފުއްދުމަކަށް ޝުކުރުދަން، މިހާރު ފާސްވެފައިވާ ދެ ކާފު އަބަދުވެސް ދައުރުވަމުން ދާދިއާއި، ބޮޑުތި ލަސްތަކެއް
ކުރިމަތިވާތީ، ފުރަތަމަ ޖަލްސާގެ ފަސް ކާފު އަޅުގަނޑުމެންނަށް ފާސްއްވުން އެދުމެވެ ވަރަށް ގިނަ ކިތަންމެ ރަނގަޅަށް
ފުއްދައިދިނުން."

ދަ އެކަޑެމީ އޮފް ސައިންސަސް އޮފް ޢަލްޖީރިއާ، ހ.މުޙައްމަދު، ޖެނެރަލް އޮފް ދަ ކަމްޕިއުޓަރ ސައިންސް.

***.

ޕެރިވާން، 20ނޮވެމްބަރު، 1961.

ލޯބިވެތި އަލްފާސިލް ހާވަންނުސިއަން،

އަޅުގަނޑުމެންގެ ވައިބްރޭޝަން ހުށަހެޅުއްވި ޤިޔާސްފުޅުގެ މަސައްކަތުގެ ފުރަތަމަ ޖަލްސާ `ތޯ-އީޖިންގ' ގެ ދިހަ ކާފު
އަޅުގަނޑުމެންނަށް ލިބިވަޑައިގެންފައިވާތީ، އެކަމަށްޓަކައި އަޅުގަނޑުމެން އިޚްލާސްތެރިކަމާއެކު ޝުކުރު އަދާކުރަމެވެ.

ޕެރިވާން، 16ޖޫން، 1965:

އަރުމީނިއާގެ ސޯވިއެޓް ލައިބްރަރީގެ ޗެއަރމަން ލައިބްރަރީއަން ހުށަހެޅުއްވި 'ރެ-އީޖިންގެ މަޝްވަރާތަކަށް' ގެ ނަމުގައި ފޮނުވާ ހަ
ކާޑުއަން އިޙްތިރާމްކުރެއްވުމާއި ޝުކުރު އަދާކުރަމެވެ.

ރެ-އީޖިންގެ އަން ޝަރުގުވެރިވާ މީހުންގެ އަދަދު މަދުމަދުން އިތުރުވަމުންދާއިރު، އޭގެ ތަރުޖަމާ ދެން ބޭނުން ކުރާ އުސޫލު ރިޕަބްލިކްގެ ފޮނުވައިދެއްވި
ދިރާސާކުރެވޭ. ކިތަށްބޭނުންގެ ޕަބްލިކޭޝަންތަކުގެ އިތުރު ދެކިން ކާކު އަދުގަނޑުގެ ހިތްވަރުގަނޑަކަށް ވެދާނެތޯ؟

ދަ މިނިސްޓްރީ އޮފް ކަލްޗަރ، އަރުމީނިއާ،

އެވް މިއާސްނިކިއަން ސޯވިއެޓް ލައިބްރަރީ އޮފް ދަ ރިޕަބްލިކް،

އަރާމް ތިރަތިއަން، ޗެއަރމަން ޖެރ.

*** .

އޭގެ ފަހުން އަދުގަނޑުގެ ފޮތްތަކުގެ ވިއި ތިރީސް ކާޑު ޕިނައިން ފޮނުވާފައިވާތީވެ
މި ލައިބްރަރީއަން، އެއްވެސް ރިޕަބްލިކެއް ނުވަތަ ބަދަލެއް ލިބޭނެ ކަމަށް އުންމީދު ނުކުރެން.
ހިތާމައެއް ސޯވިއެޓް ރިޕަބްލިކް އިން މީހުންނަށް ލާފައިވާ މައްސަލަތަކާއި ލިމިޓްޝަންތަކުގެ ސަބަބުން (އަމިއްލަ ވިޔަފާރިއާ ދުނިޔޭގެ
ހުދުމުހާރާ ވެރިކަން) ސޯވިއެޓް ރިޕަބްލިކްތަކުން ލިބޭ ފޮތްތަކަށް އެދޭ ހުރިހާ އެދުމެއް އަދުގަނޑު މުޅިން ހިފެހެއްޓުމުގައި، އެހެންކަމުން އެދުނުތަކަށް
އާންމު މުއައްސަސާތަކުން ނުވަތަ އަމިއްލަ ފަރާތްތަކުން އަދަދަކުން ބަލާލެއް ނުދީއެވެ.

އެމިނަންޓް (އާރުމީނިއާގެ ޕަބްލިކޭޝަން) ލިޔުއްވާފައިވާ ސިޓީއަކަށް ނަގާފައިވާ ބައެއް،
ހުވަދޫ ޝިރާޒް:

ތިރުވާން، 4ޖަނަވަރީ، 1962.

ޑޮކްޓަރ ބީރ ހުވަންދީސިއަން،

އެދި ހަމައެކަނި އިއްތިފާޤުން އަދުގަނޑަށް ދިމާވި ކިތަބުތަކުންގެ ތެރޭގައި ކުރަންޖެހޭ ފޮތެއް ކަމަށްވާ `ރެ-އީޖިންގެ' އެވެ. ކިތާބުގެ
ތަރުޖަމާގައި އޮތީ މި ބައިވަރު އިންސާނުންގެ ބޭނުމުގެ ސަލާމަތްތެރިކަމަކަށް ވުމެވެ. ކިތާބުގެ ހުދުން، ރެ-ކައުން، ބޭނުމާއި ހުދުންގެ ފަރާ ބޭނުމުގެ
ހުދުން؛ ހަމަކަށަވަރުން، އެއީ، ކަރީގެ ގަދަފަތްތަކުގެ ހުރިހާ ބޭނުން ހުދުންތަކަށްވުރެ، މާ ބޭނުމާ އަދި މާ އިންސާނީ ކަމެއް، ނޫން، އަދުގަނޑު
ދަންނަވާލަން އޮތީ، މާ ހިތްހަމަޖެހޭ ކަމެއް. އެކަމަކު، އަދުގަނޑުގެ ކަރީބަހިގައި ނަކަލުކުރަށް ހިލަގަނޑު ހުށަހަޅަމެވެ. މި ލިޔުން ތަރުޖަމާ ކުރުމުގެ،
އެކަން ހުސް އަހަރެއް ވަންދެން އޮޅުވާލައިގެން ވީ ކަމާ އިންސާނުންނަށް ފިނަމައިވެ

186

އޭގެ ހިއްސުތެރިކަން އައިސް، އަލިފާންގަނޑު ދޫކޮށްލާފައި، ތިބާ ހުޅުވާލި ވިސްނުންތެރި މަގުން ތިބާގެ ފެހެތުން އައިސް، އެމީހާގެ
އެތެރެއިން އަނިޔާވެރި އަމަލުތަކެއް ނުތިބެގެންދާނެއެވެ. އެކަމަކު އިންސާނުން، މިހުރިހާ ޔަސް އަދަދުއްގެ ނަފްސުތުތަކާއި
ފޮނުވާތަކުގެ، އަދިވެސް އަލިފާންގަނޑު ބާރަކުން ތާރީފުކުރައްވާ ޢޯސްރަރީ، މޮނެ ހިލަބަސްގަނޑު ތަޅުވާ ފެތުމިންނެވެ. އެއީ އޭގެ މަތު
ގެންސްޓަރ ކަށްކާ ކާނާ ދޫކޮށްލެވުނީ، އަދި އަދި ދޫކޮށްލާފައި އެއްޗެއް ނުވެ... އެހެންނަމަވެސް، އަހަރެން ތިބާގެ ހިތާމަވެރި ބަމަތަކ
ބޭސްނި، ތިބާ އުފެއްދު އަރުމާނާ މީހަކަށް ކަމުގެ ޝާޤުން އުފާކުރަމެވެ. ހަމަކަށަވަރުން ތިޔައި އަމަލުވެރިއެއް..."

ހުވަންސް ޝިރާޒް، 20ޖަނަވަރީ އަހަރު.

***.

ހަމަ ކުޑައިރުއްސުރެ ތިޔަރީގައި މިވާ ސިޓީ ލިޔުއްވި ޖުލާއިލާއަށް
ދަރިވަރު، މިސްވެސް، ސްޓާފްޓް ހާވަރ، މަމްފިސް (ޓެނެސީ ޓެސް)، ހިމަބިހި، އެންޖަލިސް، އޮކްލޭންޑް ކެލިފޯނިއާގެ ހުރިހާ ކަހަލަ ބަޔަކު،
ކަންތައްތަކުގައި ދިއުސްތަން، ދަތް ދިހުން، ބަސްޖަހައިވެން، ބޭރުންހިންގުން، ޕިލާރައިޓްސް، އެޖެންޓެސްޓައިޕިސް އަދި ގެރު ބޮޑުޖެހު
ދިގުދުރުގެންދާ ދުރަށްވެން (ޓާލްސިސްބެއިޕިސް) ފަދަ ބަލިތަކެއް ޖެހިފައިވެއެވެ. . މިއަދު ރޯ ކުއްޖުން އޭނާއަށް އެ ހުރިހާ ތަކުލީފުތަކުން
ލުއި ލިބިފައިވާއިރު، އެ ތަކުލީފުތަކަން އޭނާ ޝުކުރު އަދާކުރަނީ ތިޔަރީގައިވާ ސަލާމަތްތަކުންނެވެ.

ނޫރުވާން، 5ފެބްރުއަރީ، 1964.

އަޅުގަނޑުގެ ލޯބިވާ މުދައްރިސް، މިހާރު މަސްތަކުރެއް ވަންދުން ތިޔާބޭފުޅުންނާ ދެކު އަޅުގަނޑު މުނިފޫހިފިލުވައިދޭ
ޝުކުރުވެރިކަމާއި ޝުކުރުވެރިކަމުގެ ދިރުސާލެ ފޮނުކުރުމަށް ބަސްތަކައް ގެއްލިފައި މިވަނީ، ހުރިހާ ބަސްތަކައް މަލާމާތުގެ ގޮތުގައި
އެކަށީގެންނުވާނެ ހިލާބީއެވެ.

އެންމެ ސިއުރު ހަރަކާތަކުން އަހަރެންގެ ދިރިއުޅުމަން ވަރުގަދަ ޖިހުވެރި ހުވަފެން ނިމުމުހަމަކަން ގެނައުމަކުން ތިބާ އަޅު، ހަމަ
ޝައުކަތުވެސްނުތެރިކަމުގައި، އެހެން މިހުންނަނުވެސް ތިބާ އެކަން ކުރާނެ، އެ ހުވަފެނުގެ ހަމަ ސަލާމަތް ނަފްސާނީވާ ހިނދުކަމު- ތިބާގެ
ސަލަބަން.

ކަލޭ އައީ، އެހެން އެންމެން ފެދައިން، އެ ލޯ ހުޅުވިފައިވާ ދުވަސްކަމުގައި، އެ ތަޙުން ކަންފަތް ޙިޔާކަމުގައި، އަހަރެން އެކަލޭފެއިވާ
އެ ހެންތިބެއިވާ މާތަކަން ނަފްސާނީކަން.

ތިބާ އައީ ސަލަރުގެ ވަޒީފާ ދެކޮޅަށް ތަސްލީމު ކުރަން ސިއުރު ދިއްލާއެއް ހިފައިގެންނެވެ
އެ މުސްކުރިން ޚަޤީޤަތުގައި އަހަރެންގެ އެއްކަލެއް ކަމުގައި ވެވެއި، އޭގެ ކުރިން އަހަރެންނަން ހަމައެކަނި ހުވަފެން ދުކަން އަދި
ގޯސްކުރުވެންނެވެ.

އަހަރެން ކަމާގެ ވިދާ ސިފަ ކެރިމަތީގައި ބޭރަށާލައިގެން ކަލޭއަށް ސަލާމް ކުރަނީ އެމީހާގެ ގޮތުގައެވެ
އަހަރެން ދުވަހަކުވެސް އެހެން މީހަކަށް ދަރަނިވެރިވާ ވަރަށް ވުރެ ޒިނާއިން ދަރަނިވެރިވާ މީހެކެވެ.

އަހަރެން ކަމާގެ ވިދާ ސްޓަރ ކެރިމަތީގައި ބޭރަށާލައިގެން ކަމާގެޒާނަން ސަލާމް ކުރަނީ، އޭނާގެ ނަން މިއަދު މެދުނުކެނޑި
އޭނާ ސަލާމަތް ކުރި މީހުންގެ ތެރެވެރޭގައި އަބަދު ނަމަވެސް މާދަމާ އެ ނަން ހުރީ އެންމެންގެ ތެރެވެރޭގައި އޮންނާނެއެވެ.

އަޅުގަނޑު ތިޔަބޭފުޅުންގެ ވިދާ ސިފަފުޅުގެ ކެރިމަތީގައި ބޯލަނބާ، ހަޒީ ރަސޫލާއި، ހަޒީ ސަޢިންސާއި، ހަޒީ
ކެރިއެރުމާއި، އުމަރާ، ތަހްޒީބު، އިލްމީ މުސްތަޤްބަލެއްގެ ހަނދާނާމަތިވެރިއެއްގެ ގޮތުގައި ސަލާމް ކުރަމެވެ.

އާރުމަން ވޮށްޝޮބޭނި، ޖާސްޓުލްޓިވް ލެނިން ،20އެރެވާން، އަރުމެނިއާ.

***.

ޔެރެވާން، 29މާރިޗު، 1964.

ޑޮބްލިވީ ހުވަންނަސިއަން،

ހަމައެކަނި މަދު ސަފުހާތަކެއް ތިބާއަށް އެނގޭނީ ގޮތުގައި ރ-އީޖިންގ އަށް އިތުރު ރިކޯޑުބުއް މީހެކުގައި ވާއިރު، އޭނާގެ
އާ ފޮތް އުފު ނިއުޔޯކްޝަން ގެންގުޅުމުގެ ސަބަބުން ކޮންމެވެސް ބައެއްޗެހި ނުވަތަ އެހެން ކަމެއްގެ ސަބަބުން މާދޫސްކަމުގެ
އިހުސާސްއެއްގެ މައްޗަށް ނުކުތެވެ .

އަހަރެންގެ މަގުގައި ޒިނާ ހުރަސްތަކެއް ހުރިކަމުން އިއްތިހާދުވާނެތޯ، ސަބަބަކީ ބައްޕައަކީ ބައިލާޤީސްބެއް ކަމަށާއި،
ބޭބެއަކީ ޖޭލްބަރުއް ކަމަށާއި، އާއިލާގައި ބަޔާބޭ (އާދައިގެ) ޒައިބެއް ކޮށި ހަމައެކަނި އަހަރެން ކަމަށް ވާތީއެވެ. މިހާރު ނުވަ މަސް
ވެއްޖެ އަހަރެން ނިއުޔޯރކްޝަންގެ އާ އުސޫލަކަށް ބަދަލުވެ، އަހަރެންނަށް ލިބޭނި މާތު ސިއްހަތެކެވެ. އަޅުގަނޑަށް ހިލަނި، ދުނިޔޭގެ
ހުރިހާ ކަންކޮޅުން ތިޔަބޭފުޅުންނާއި އަޅުގަނޑު މިލިބުނު އަކުރުތަކެއް، ޖީއޮމެޓްރިކަލް ޕްރޮގްރެޝަންގައި ޒިނަފެ، ތިޔަބޭފުޅުންނަށް
މުޅިބަޔަކު ފުރިހަމަ ޝުކުރުގެ ސަފުހާތަކެއް ކަރުދާހުގެ ޓޮއްޕީއެއް ނުލިބެނެއްނެ. މިހަ ހުދުން ތާރީޚަށް ދާނީ.

***.

18ޖޫން، 1965.

އަޑުގަނޑު މި ލިޔަނީ ލެނިންގްރެޑް އިންނެވެ. އަޑުގަނޑު މިތާ ކޮންޓެކްޓްރީގައި ޖުލައިން ކުރިއަށް ގެންދަނީ. އަބަދުވެސް ކަލްޗަރަލް ސަރާއުކު ހުރި، ވަގުތު އޮތީ ކަލާގެ ފަރާތުގައި ކަމަށް ގަބޫލުކުރަން، އަހަރެންގެ ހެޔޮއެދުންތަކާއި ކަލެއަށް ފޮނުވަމެވެ. ބޮބޮ އަހަރެންގެ ގައިގައި ހަރާ ފެށިކަމެއް އިޔާޒިޔާޑިޝަނަކުން އަބަދުވެސް ހިތްހަމަޖެހޭ ނަހީފާއެއް ލިބެއެވެ. އަހަރެންނަން ވަރަށް ރަނގަޅަށް އިހުސާސް ކުރެވޭއިރު، އަހަރެންގެ ބަރުދަން މަޑުމަޑުން އިތުރުވަމުންދާއިރު، އެކަމަކު ހަމަ ޔަގީނުންނެވެ.

ރ. ސްވެޓްލާނާ އެވެ.

***.

ތެހެރާން، 6ޖެނުއަރީ، .1965

ލޯބިވާ އަލްފާސިލް ގުރެންސިއަން،

މިހާރު އަހަރެން ރޮ އީޖިން އަން ޒުވާނުންޖިސް ކުރާތާ ހަ މަސް ވެއްޖެ އެވެ. ލިބިފައިވުން ދުނިޔޭގެ ކާންމު ހިސާބެއްގައިވެސް ތިޔަބޭފުޅުންގެ ފޮތަށް ލިބިފައިގެންނަވާ އަޖައިބު ކުރުވަނިވި ތަރުހީބު ފުރިހަމައަށް އެނިވެއިގެންނަވާތީ، ތަފްސީލުތަކަށް ވަރަށް ހުރާ ތައްޔާރުވެގަތް ތަކުރާރު ކުރަން އަޑުގަނޑު ބޭނުމެއް ނޫނެވެ. ޝައުކުއްވެސްނަތީޖާތަކުގައި ރޯ- ކެއްމުގެ ތަޖުރިބާތަކާއި ރަސްމީރަތުގެ މުޅި ދަތުރުގައި އިންސާނާގެ ސިކުނޑިއަށް ހުރި އަސްލު ބޮޑު ކާމިޔާބީއެވެ.

އަޑުގަނޑުގެ އަމިއްލަ ތަޖުރިބާތަކާ ބެހޭގޮތުން ލިޔަން ބޭނުން ނުވާނީ، ސަބަބަކީ، އެކިއެކި އަޑުގަނޑުމެން ހުންނަ ސިޓީތަކުން ތިޔަބޭފުޅުން ނަކަލުކުރަށްވާފައިވާ ބައިތަށް ކިޔައިގެން، އަޑުގަނޑުގެ ރިޔާޟަތްތަށް ގެދޮރަށް ކާނާ ބޭނުންކުރާ އެހެން މިހުންނަން ތަޖުރިބާކުރާ ރިޔާޟަތްތަކާ ފުރިހަމަ އެއްގޮތްވާކަން އަޑުގަނޑަށް ފެނުނެވެ.

ހުއްޓަ މުހިންމުކަމީ، ޚަޔާލުތަކާއިވެސް އޭގެ ކުރިން އަހިސާބުގައި ނުވާނަމަ، ވަގުތުން އަންނަ ނަފްސާނީ ބަދަލުތަކެވެ.

އިންސާނީ ވައްތަރަށް ތިޔަބޭފުޅުން ދެއްވި ހުއްޓަ ހަރިޔާއަށްޓަކައި ޝުކުރު އަދާކުރުމުގެ ފުރުޞަތު [illegible] ދެއްވާށެވެ.

ވެލެރީ ހަވަޒޫރިއަން، 38އަހަރުވީ އަން ސައިންޓް އެރުވާން އެވެ.

***.

މޮސްކޯގެ ޒުވާން އަންހެން ކުއްޖެއްގެ ކުރިސްމަސް މެސެޖެއް :

މޮސްކޯ، 20ޑިސެމްބަރ، 1964.

ޕްރޮބެފީ އަލްފްރެސްކް އަބިޢަރޯޒް،

އަޅުގަނޑުގެ އަމިއްލަ ޝުކުރިއްޔާ، ތިޔަބޭފުޅުންގެ ބޮޑު އަދި އިންސާނީ މަސައްކަތުގެ ކާމިޔާބީއަށް ބަލާއިރު އަޅުގަނޑުގެ ހެޔޮއެދުމާއެކު، ސިޔާސީގެ ސަލާމް ފޮނުވަނީ އުފާވެއެވެ.

ދުވެ އަދި ސިޔާއަސް ހިތުގެ ބަލިން ތަނަވަސްކަމާއި ތިބާގެ ފުރުސަތުތަށް.

އޭގެ ފަހުން ދިމަ ޚަބަރުގެ ސިޔާސީއެއްގައި އެކަމަނާގެ ފުރިހަމަ ވާހަކަ ދައްކައިފި
ބަލިވުމާއި ތަނަވަސްކަމާއެކު، އޭގެ ހުވާސާއަކީ ތިޔަރިގައި މިވާ ގޮތަށް.

31މާރިޗް، 1965:

އަޅަރިން ރޯ-އީޖިންގެ އަން ބަދަލުވި ނޫފެމްބަރ، .1963އޭގެ ފަހުން އަޅަރިން މިވަސް
ދުވަހަކުވެސް ޝައުކާއްގެ ހިނދުކޮޅުތަކެއްވެސް ނެތެވެ. އެދުވަސްވަރު އަޅަރިންގެ ހިތުގެ ބަލިތަކުގެ ތަޖުރިބާ ކުރިންވެސް އޮތީ ނުވަ
އަޅަރުގެ މުއްދަތުތަކެވެ.

އެކަމަކު ފުރިހިއްސާރު ފަހަރު. އަޅަރިންގެ އުމުރުން އަން ނުވަ އަޅަރުގައެވެ
މުސްކުރި އަޅަރިންނަށް ރޫމަނީޒަމްގެ އޭޝިކައް ޖެހުނެވެ. އެއަށްފަހު އަޅަރަކު ގޮތުގެ ނިޔަލަށް ދިރި ފަހަރު އަޅަރިންނަށް ކުރިން
ފެރިންޖެއިޖީސް، އިންފްލުއެންޒާ އަދި ކޯންމަ ސިފައެއްގައި ވެސް ހުން އައުމުން ޖެހުނީ އާންމުކޮށް ހ ދުވަހުން ދިރަ ދުވަހާއި
ދަމަދުގެ މުއްދަތުތަކެވެ. މަޖަމަޖެހުން ކުރީނުކޮށް ޗޭންސިލާއިޖީސް އެޅުއްވިއެވެ. އުމުރުން ސަތޭކަ އަޅަރުގައި ޓޮންސިލައިޓިސް ތަކުރާރު އަޅަރިންނަން ކުރިން
ހިތުގައި މައިޕޮކަރޑް ވާލްވް ވާލްވް ފެއިލިއަރ ހުރިކަން އެނގުމުން ފަހުން އެމީހުންނަން ރޫމަރިއޮށް ކާޑައިޓިސް ފެށުނެވެ. ފަހަރު އަޅަރުގައި
އެމީހުން އަޅަރިންގެ ޓޮންސިލް ނަގާލެއެވެ. އަޅަރިންނަން މާދުނުކާނޭ ދުވަމިދުގެންދާ ހިތުގައި ރިއުމެޓިޒްމާއި، ނިއުރައިޓިސްއާއި،
ނޭޒްކާކަމާއި، ނިދި ނުލިބުމުގެ މައްސަލަތައް ކުރިމަތިވިއެވެ. އެތައް ގޮތްޕަރުއެއްގެ އަނިޔާއަށް ފަހު އަދި ކުރު ނިދިގައި ޓިރުވެދި
ހުވަފެންތަކެއް ފެނިގެން ދިޔައެވެ. ދާގަނޑު ހަރުވެފައި ތިމުރުގެ ނަމަވެސް އަޅަރުގެ ބިން
ހަމަރު މަސް ދުވަސް ހޯދަކުރި އެނދުގައެވެ. އެއީ ބޮޑު އުނދުގޫކަމެއް އަޅަރިން އެންމެ ސިޔާއަކުން އަރައިގެން ދިޔައީމެވެ؛
އަޅަރިން އަބަދުވެސް މަޑުދުމްވެގައި ހުރި ހިނގާލުމާއި، ޑިސްކޯސް ކަސްރަތުތަކާއި، ފުޓުބޯޅައާއި، ދަތުރުކުރުމާއި، ކިޔުވުމާއި، އަދި
އެހެނިހެން ގިނަ އުފާތަކާއި މަހުރޫމުވެވުނުތަކުންނެވެ.

އަޅަރިން އަބަދުވެސް ހުރީ ގޮތުބަރުންގެ ބެލުމުގެ ދަށުގައެވެ. އޮޓޮފުން އަޅަރިން 'ޝިފާ' ކުރަމުން ދިޔައީ ކުރިން
ޕިރަމިޑޯން، އެސްޕިރިން، އެންޓިބަޔޮޓިކްސް، އެނަލްޖިސިކްސް، ވެޓާމިންބަރަސް، ޓޮޓެރިފިކްސް އަދި މިފަދަ އެހެން ބޭސްތަކުގެ
ވަސީލަތްތަކެއް. އަޅަރިންގެ ގަޑާސިމު މުޖަހަދާ ކުރަމުން ދިޔައީ ކ

އެ ފިޔަވަޅުތަކާ ދެކޮޅަށް ހައިރާން ކުރުވަނިވި ގޮތަކަށް އަހަރެންގެ ހާލަތު މަޑުމަޑުން ގެއްލެމުން ދިޔައެވެ. މިފަދަ ފެރުވާތަކުގެ ނާކާމިޔާބީތަކަށް ޒިންމާދާރުވުމުން އަންނަ ފަހުން އެ ހުރިހާ ފެރުވާއަކުން ދުރުވީމެވެ.

މިފަދަ މިނިޖަކުން ލިޔަބަލުޔުންގެ ސަމާލުކަން ހިފުމުގެ ކަމަށްޖަކައި އަލުގަނޑެއް މާދުކުރައްވާނެވެ ތަފްސީލު. އަލުގަނޑެއް ހިވަނި އެމީހުން ލިޔަބަލުޔުންނަށް ޝައުގުވެރިވާނެހެން، ހެއްދެވީތީ ބަދަލު އައީ ހައިރާން ކުރުވަނިވި ގޮތަކަށް ކަމަށް ވާތީ. އެއްވެސް އުނދަގޫތައް ނެތި ކޮއްމެފަދަ ހުރި ކުއްލިއަކަށް ދުރާލާދީމެވެ. ތި ކާނާގެ ސަލަބަލުން އަހަރެންގެ ހިތުގައި ހުވައްފާލި އެތަކެއް ސުފުރާމާއި ފުރިކަމުގެ ހިތްގައިމު އިހުސާސްކަމެވެ. ގޮތްގަނޑަކަށް އޭރު ރުއްމުގެ ތަކެއްގައި އަހަރެންގެ ހިތް އަހަރެންނާ ކަންބޮޑުވުން ހުއްޓުވާލީއެވެ. ކުރިން އަހަރެންނަށް ހަޔާތަކު ހަމައެކަނި އެއްފަހަރު ނޫން، ގޮތްގަނޑަކަށް ކާނާގެ ދުވަހަކު ހިތުގެ ސަރަހައްދުގައި ތަދުވާއިރު، އެއީ ގެޓްއެކްސްޕްރެސް ވަނީނުން، އަހަރެންގެ ލޯ ކައްމުގެ ފުރަތަމަ އަހަރު އެންމެ ދުވަހެއްފަހުން އެނދުން ނުވަދުމެވެ ، އަދި އަހަރެންގެ ހިތުގައި އުފާވެސް ވާންތަކައް ހ އިން އަން ވެރި މަދު MOMENTARYވާންތަކެއް ލިމިޓް ފެތި ވެއެވެ.

މިހާރު އަހަރާއި ބައި ވެއްޖެ އަހަރެންނަށް އިންފްލުއެންޒާ ނުވަތަ ހުންގެ SINGLEއެޕިސޯޑް ނުލިބުނެވެ. އެންމެ ފުރަތަމަ މަސްތަކުގައި އަހަރެންގެ ބޮޑުގައި ރިއްސުން މުޅިން ފިލައިގެން ދިޔައެވެ. އެކަމަކު އަހަންނަށް ލިބުނު އެންމެ ބޮޑު އަޖައިބެއް އެނދުން ރިޔާޒަތު ކުރިމާ މަދު މިނިޓެއްގެ ތެރޭގައި ނިދި އަންނަން ފެށުމެވެ. އަހަރެންގެ މަސައްކަތުގެ ޤާބިލުކަން އިތުރުވިއެވެ؛ އަހަރެންގެ ކުރީގެ ޗެސްފޮޓޯން، ނާރުތަކުގެ ޓެންޝަން އަދި ރުޅިވެރިކަން ނެތިގެން ދިޔައެވެ.

ހުރެ މުސްމުގައި އަޅުގަނޑު އަރުމީނިއާއަން ދަތުރުއަށް ގޮސް، `މަޖިނޭޖަރަން' (މެންސްކްރިޕްޓް ރިފޭޖީޒް) ގައި މަސައްކަތް ކުރިން. ދުވާލަކު ފަންސަވީސް ވިލިސް ކިލޯމީޓަރު ފަރުބަދަމަތީގައި ހިނގާފައި ގޮސް، އެއްފަހަރާ ފްރޭމަންސް ތަކުރާރު ކުރަން ފެށީމަ ތަޢާރަފަން ހުރެގެން ގެއަށް އެނބުރި އައުމަށް ކޮންފަދަ އުފެއް ހެއްދީ؟ އަހަރެން ވެގެން ދިޔައީ މިނިވަން އިންސާނަކަށް، އެންމެ ފަހުން ގެދަރަތްކަން ޚާއްޞަ އުނގެން ވަދެގެންނެވެ. މިއީ ހަމަކަނަވަރެއްވެސް ވަރަށް ބޮޑު އުފެއް، އެކަމަކު އަހަރެންނާވެސް އަޅުގަނޑު އިހްލާޞްތެރިކަމާއެކު ޝުކުރު އަދާކުރަން.

ފޭސްޓް، 16އޮގަސްޓް، .1965އަހަރެންގެ ސިއްހަތު ކުރިއަށް ގެންދަނީ އަހަރެންނަށް ކޮންމެ...
ހިތްހަމަޖެހުން، ހެއްބަޓާން އަހަރެންގެ ޖަރާސީމު ނަފްސާނީ އަދި ސާރުތަކުގެ ސްޓޮރޭޖިން (ހައިޕަރޓެންޝަން) ގެ ފުރުޞަތަކާ ބޭނުމީ އިލްމީހާސްތަކުގެ އިތުރުން ފެރުބަދަމަތީ ދަތުރުތަކުގައި ކުރިމަތިވާ ޖިސްމާނީ ގޮތުން ބޮޑު ވަރުބަލިކަމެއް ތަހައްމަލްކުރުމަށް ފުދޭވާވީއެވެ.

އަހަރެންގެ ރޫ ކައްމުގެ ދުވަސް އަހަރު ވަރަށް އަވަހަށް ފެށިހަމަ ކުރާނެވެ. އަހަރެންނަށް ދުވަހަކުވެސް ރޫ-އީޖިންގެ އިން ފަހަތަށް ޖެހިލާކަށް ދެން ނުލިބުނެވެ. އަޅުގަނޑު ލިޔަބަލުޔުންނާ ކުރިމަތިވީހާއިރު ސިޔާސީ ތަކިޔާ ހަމައެކަނި އިލްމުވެރިކަމަށް ބަލައި ކުރެވޭ ސިޔާސީ ތަކެއް ކަމަކާއި، އެ ސިޔާސީ ތަކުގައި އުފައްދާވެގެން ނުވާނޭ ސިޔާސީ ތަކެއް ކަމަކަށް

އަހަރެންގެ މުސްތަޤްބަލާ ގުޅޭގޮތުން ތިބާއަށް އަންގާ ކުޑަމިނުން ޝައުޤު އުފެދިއްޖެ. އަންގާ މަތީގައި އަޅުގަނޑަށް ސުވާލުގެ
ޖީސްމާނީ ކަންތައްތަކުގެ މުޅިންމުކަން ކުޅެ، އަބަދުވެސް ވަރުގަދަ އަދި ތެދުވެރިވުމަކީ ނުވާ ދުރާނީ އަސާސްތަކެވެ.

އާދޭ ކުރެންސްކާއާ، 3ފެބްރުއަރީ ސައިންސް މޮސްކޯ.

*** .

އަޅުގަނޑުގެ ފޮތްތަކަކީ ސޯވިއެޓް ދުނިޔޭގައި ފަށާފައިން ލިބޭނެ ފޮތްތަކެއް ނޫން ކަމުން، އެތަންގައި ގަބޫލުކުރާ ލ-
އީޖަރުން އަޅުގަނޑުގެ ޖަރުމަނުވާނަތަކުގެ ހުވާސާތައް ރަޝިއާ ބަހަށް ތަރުޖަމާކުރަން. އެ ފޮތްތަކުގެ ގެރުމަނުގެ ކޮޕީތައް ރައްޔިތުންގެ
މެދުގައި ބަހާލައެވެ.
އެތައް ބައިވަރު ދުނިޔެ އެ ހުވާސާތައް އެކަކު އަނގަނަކުގެ އަތުން ކޮޕީ ކުރާކަމެވެ. ތިޔަގައި މިވަނީ މޮސްކޯ ޖެސްޓްރީކޯޓުގައި ދިރިއުޅޭ
އުމުރުން ދުވަސްވީ ރަޝިއާގެ އަންހެނަކު ލިޔުމުގައިވާ ދިގު ސިޓީއެއްގެ ބައެކެވެ.

ޒިލްޓީ , އޮގަސްޓް 25، 1965.

އަޅުގަނޑަކީ ފުރުސަތުލިބުނު ނުވަތަ ރަނގަޅަށް ބޭނުމަ، އަޅުގަނޑަށް އެކަހެރިކަމާ ބަސްތަކެއް ހުރައިދާނެ ގޮތެއް ނުލިއެވެ
އެއާއެކު އަޅުގަނޑުގެ ޒަމާނުއް ނަތީ ޝައުޤު ތިޔަބާފުޅުންނަށް ފާޅުކުރަން. އިންސާނުންގެ ހިތްގަނޑާއި ނަފްސުގެ ސަލާމަތްކަމަށްޓަކައި
ތިބާގެ މުޤައްދަސް މަސައްކަތްތަކުގެ ބަދަލު، ތިބާގެ 'ލާ-އީޖިންގެ' އަށް ލިބޭވަރުގެ ޖަޒާއެއް މި ދުނިޔޭގައި ނެތެވެ. އަޅުގަނޑު
ތިޔަބާފުޅުންގެ ކިތާބުތަކުގައި އަދި ހަމައެކަނި ތިޔަބާފުޅުންގެ ކިތާބުތަކުގައި ނޫން، ތިޔަބާފުޅުންގެ ފޮތުން ނަގާފައިވާ ބައެއް މާއްދާތައް
ހިމެނޭ ސިޓީއަކުން ޓަކައި މި އަޑުހެދި ރަސީދު އަޅުގަނޑަށް ގެނެސްދެއްވި މީހާގެ ކިތާބުތަކުގައި ބާރުނޑާލާފައެވެ. އަމިއްލައަށް އަޅުގަނޑަށް
ތިޔަބާފުޅުންގެ ފޮތް ފެނުމުގެ ނަސީބު ލިބިފައެއް ނުވެއެވެ. އަހަރެންގެ އެކުވެރިޔާ —ކުރީގެ ޓީޗަރެއް —

book directly, but from a notebook of a friend of hers — also a former teacher, had copied them out from your އަދި މިހާރު ތިޔަބާފުޅުންނަށް މި ސަފުހާތައް ލިޔަނީ މި ތާރީޚު، ސަބަބަކީ
އަޅުގަނޑުގެ އަމިއްލަ ޚިޔާލު ފުރުން ދަރުކަމުން. އަޅުގަނޑަށް ފުރުނަނީ އަންގާ ޚިޔާލުން ކަމަނާއި އެކަން މެދުނިވެއިންގެ
ބެއްލެވިގަނޑެއްގެ އެހީގައި އެހެން ނޫންނަމަ އަޅުގަނޑު ވަރަށް ކުރިން ތިޔަބާފުޅުންނަށް ޝުކުރު އަދާކުރަންވީ.

އަހަރެންގެ ޖެރެކްޓިވް ފެނި ފެބްރުއަރީ މަހުގެ 15ވަނަ ދުވަހު ކަމަނާއި އޭގެ ފަހުން ކައްކާފައި ހުރި ކާނާއެއް، ރޯރި ވެސް
ނުކައި... 1966ވަނަ އަހަރުގެ އޯގަސްޓް މަހުގެ 15ވަނަ ދުވަހު އަހަރެންގެ އުމުރުން ނުވަދިހަ އަހަރު ފުރޭނެ އަނބުރާ ބައިވަރު ވެސް.

ކެރެފޯނާ މާރިއާ އިވާނޯވްނާ، ފެޑަރޮވްސްކާއާ ސައިންސް ،12ޒިލްޓާ އަވް.

***.

ސަންޖޯސެފް، އޯގަސްޓް 12، 1965.

ލޯބިވެ އަލްފޯންސޯ ހުވަން ނަސިއަން،

އަހަރެންގެ ދަރުބާރާއި އޮނާގެ ފުރިހަމަ، ދަރުމަންނަލިފްސް ރުގުލާނުގެ ބާރަށްބުރުން، ގްރީނއަލިއަންގެ ނަމުގައި، ބިޝަޕްބޯޑުގެ ރަފާތަކުން ވަރަށް ބޮޑު ފައިދާއެއް ލިބިފައިވާ ކަމަށް އަޅުގަނޑަށް ލިބުނު، ބިޝަޕްބޯޑުގެ ނިޔުބެރިޝަން އާއި ފަރުވާގެ އުސޫލު ގެންގުޅުމަށް ހުރި ނަސޭހަތްތަކާއި ގުޅިގެންދާނެ ކަމަށް. އެހެންކަމުން، އަޅުގަނޑުގެ ނަން ބަރުގައި އަޅުގަނޑު އަހާލަން ބޭނުންވޭ، ބިޝަޕްބޯޑުގެ މަސައްކަތްތަކާ ގުޅިގެން އަޅުގަނޑަށް ހޯދުނު ހުށަހެޅުންތަކަށް، އެކަމަށް ބަލައި އަޅުގަނޑު ކުރިން ޝުކުރު އަދާކުރަން.

އަޅުގަނޑަކީ އިސްތިޢުފާދީގެ ގައިނުކާމާކީ ސްޓޭބަލް. މިދިޔަ ދުވަހަށް އަޅުގަނޑަށް...
ސްފިޔަންގެ ސަންޖޯސެފްގެ ހޮސްޕިޓަލްގައި މަސައްކަތަށް ކުރަމުން އަންނަ ކަމަށް ފެސް ރިޕޯޓުތަކެއް ބުނެ އެވެ. މިހާރުފެސް އެތަކެއް ބައިކަން އެހާ ބޮޑު ފައިދާއެއް ލިބިފައިވާ ބިޝަޕްބޯޑުގެ ފޯރާއި ބިޝަޕްބޯޑުގެ އިރުޝާދުތަކެއް އަޅުގަނޑު ކިޔާނީ ވަރަށް ޝައުގުވެރިކަމާއި ފުރުޞަތުވެރިކަމާއެކުގައެވެ."

ޖޯ.ޝެބޯރ ސޮލިއަން، ޓަންސްޕާސަރޖް، ސަންޖޯސެފް، ސައުތު އެވެ.

***.

މާސްކް، ނޮވެމްބަރ 19، 1966.

ލޯބިވެ އަލްފޯންސޯ އަބުރަހާމް،

އަޅުގަނޑު ހައިރާން ކުރުވަނިވި ގޮތަކަށް އުފާކުރަން، ބިޝަޕްބޯޑުގެ ޒިޔާރަތްތަކުގެ ސާފުކަމާއި ސާދާކަމާއެކު. މިފަދަ ބޮޑު ހުދުމަށް މިހާ ސާދާ ގޮތެއްގައި ބާރުންތާކުރިއްޔާ ހަދިގެންގައި ކުރިމަށް ކިހާ ހެއްދެވޭ؟ ''އޭ އިންސާނާ! ގުދުރަތުން ދިނބާއި ދިބާގެ ޝަރީތަކަށް ރޯނާ އުފެއްދައި ތަރުބިއްޔަތު ދިނުމައިވެއެވެ. އެސަރުތަކުގެ އޮނިގަނޑާއި ވަޒީފާގެ ހަރަކާތްތަކަށް ފުރިހަމައަށް އަހުލުވެރި ނުވާނެ ހިނދު، އެކިއެކި ޒައިރު ގުދުރަތި، ވިހަ މާއްދާތަކުގެ އެހީގައި އެސަރުތަކުގެ މަސައްކަތަށް ބޮޑުނާރާނެވެ.

އަހަރެންނާއި އަހަރެންގެ އަންހެނުން ދަރުމަންނަލިފްސް ޖޯސެފް ގެރޭޖައާޖް ދަރިވަރުންނެވެ. އަޅުގަނޑަކީ ފުޓްސިސްޓަމްގެ ކަމަށާއި އެކަމަށާއި ފުޓްޝަންއް ކަމަށް ވެސް ވިދާޅުވި އެވެ.

އަޅުގަނޑުމެން ވަރަށް ޝައުގުވެރިވެ ބިޝަޕްބޯޑުގެ މަސައްކަތަށް...

Machine Translated by Google

މިޔައަށް މިނާސިއަން އެވެ.

***.

ޖެރުމޫނު، މާރޗް 6، 1966.

އާ ސައިންސްފިކްޝަނުގެ ސައިންސްފިކްޝަނާ ދިބޭއަން ސަލާމް! އާ އިންސާނިއްޔަތުގެ މުސްތަގްބަލް ކަލޭގެފާނަން ސަލާމް!

އަޅުގަނޑަކީ ޖެރުމަނީގެ ހެލްމް ރިސާޗްގައި ޓްރާންސްފޯމަރެއްގެ އޮފިޝަރެއްގެ ގޮތުގައި ހުންނަނީ...

އަބްދުލްއިނާ އެވެ. އަޅުގަނޑު ވިޔަބާރުކުރުންގެ ފޮތެއް ގެބީލުކުރަމުންގެން، 1965 ވަނަ އަހަރުގެ ނޮވެމްބަރު މަހުގެ 4 ވަނަ ދުވަހުން ފެށިގެން ރޮ-އިބާދުގެ ޖުރުކުޅިބާސް ކުރަމުން މިގެންދަނީ. އަޅުގަނޑަށް ދަނީ، ވިޔަބާރުކުރުން ފުރަތަމަ ޓްރަޔަލް އުސޫލުން އަޅުގަނޑު ތަނުގަޅުވާންކަން. 1947 ވަނަ އަހަރުން ފެށިގެން އަހަރުންނަށް ކުރިމަތިވަމުން އައި ދުވަސްތަކުގެ، ފްލައިޓްއަރޕޯޓް އަދި ކޮންނަރީ އާޓިރޯގެ ޖެނެރަލްބޯޑަށް އެވެ. 1963 ވަނަ އަހަރުން ފެށިގެން އަހަރުންގެ ސިއްހަތު އިތުރަށް ގެނެސްދިނީ ދުވޭ، ކުލުނބީގައި ވަރަށް ބޮޑަށް ދެރަވެފައި، އާގެ ސަކަބަހުން އަހަރުންނަށް ފެށިފައިވާ ކުޅުގަން ލިބުނު ބަޔެއްގެ ޚިދުމަތެވެ.

ރޯ ކުއްމުގެ ހަވަނަ ދުވަހުން ފެށިގެން އަހަރުންގެ ހުޅުތަކުގައި ބޭނުމި ރިހުންތަކުން އިހުސާސް ކުރެވުނު ނަމަވެސް އޭގެ ފަހުން އެކަން ހުއްޓިގެން ދިޔައީ... ރޯ ކުއްމަށް ދިމާވި ރިއެކްޝަންތަކުގެ ހުރިހާގެ ތެރޭގައި ކުރިން އާޓިރޯގެ ޓޭންމު ހަމަޖެހުނުކަމުގެ ކުރިމަތިވާ ހުކުމަށް ދުވަހުގެ ނުފެންނަނީ. އަދި ކޮލެސްޓްރޯލް ހާލަތު ގޮސްވާ ޓޭންމު ފެހެރަކު ކުރިން ފެނުނު ހުމުގެ ޖޭޕޯސީޖީތަކުގައި ގެޕޯސީޖީގެ ޖޭޕޯސީ ފޫޅިތަކުގައި ފޭސް އަހަރުންނަކަށް ނަހެއްހުނީ. މިހާރު އަހަރުންނަށް ވަރަށް ރަނގަޅު ނިދުނުއަށް ލިބިއިރު އަހަރުންގެ ޖެހުނު ރޮޅިގެ ވަނީ 120-140 އިން 140 - 90 އަށް ދަށްވެފައެވެ.

މިނިޓަކަށް 100 ޖީލީ (ސެޓްރޯންގެ ޝޮކް ތުރީ ތަކުގެ ދަތުރު) އެވެ. ހިތުގައި އުފެދޭ ރޮގަނޑުގެ ރިހުންތަކާއި، ބޯލުގައި ރިއްސުމާއި، ވައިގައި ހުންނަ ފޮނިގަނޑާއި ނޭވާލެއްޖެއެވެ. އަހަރުންގެ ބަރުދަން މިހާރުވެސް ފަސް ކިލޯ ލުއިވެފައިވާއިރު އަހަރުންގެ ރަޖެހޭ ރިހުންތައް ވަނީ ފިލައިގެން ގޮސްފައެވެ. އަހަރުންނަށް ފުދޭވަރަކަށް ރަނގަޅު އިހުސާސްއް ކުރެވޭއިރު އަހަރުންގެ ބަރު ދަނީ އިތުރުވަމުންނެވެ.

އަހަރުންގެ އަންހެނުންނާއި އަހަރުންގެ ހ އަހަރުގެ ދަރިފުޅު ވެސް، ރޯ-އިބާދު އެޖްޕޯޓް ކުރަމުން އުޅެއެވެ. އަހަރުންގެ ވިންވަނަ ދަރިފުޅު —މިހާރު މަހުއްމު ދުވަސް —އަހަރުން ތަރުބިއްޔަތު ކުރާނީ ކަލޭގެ އަންހެން ދަރިފުޅު އަނާހިތު ތަރުބިއްޔަތު ކުރި ގޮތަށެވެ .

އަޅުގަނޑުގެ ޚާބޯފިލި މުދައްރިސް، އަޅުގަނޑު ގޮޅިބަރުގެ އޮފިސަރެއްގެ ގޮތުގައި މަސައްކަތް ކުރަމުން އަންނަނީ އަނާރު އަހަރުވެފައިވާރު މިހާރު އުމުރުން ވިލިސް ހަތް އަހަރުގައި އަޅުގަނޑު މުޅި ފެޑެރޭޝަން ޖުމްހޫރިއްޔާގައި ޓްރާންސްފޯމަރު ކުއްޔަށް ފުރިހަމަ ކުރަން ތައްޔާރުވެފައެވެ. ނަމަވެސް އެންމެ ފަހުން އަޅުގަނޑަށް ޖީނަ އަދުދުއްގެ ޖަމާޢަތް ހޯދުމުގައި ވިޔަބާރުކުރުންގެ ފޮތެއްނެވެ

އަހަރެންނަށް ހިނަ ދުވަސްވަރަކުއް ވަންދެން އަނިޔާ ކުރަމުން އައި މައްސަލައަކީ ––އެހެން ބަޔަކުން އަހަރެންނަށް ނުލިބޭނެ ޖަވާބުތަކެވެ. "އެއީން އެއް މައްސަލައަކީ ތެއްތެ ކުރިންނަރުން އުފާވާ ފުރަތަމަ ދުވަހުން ފެނިގެން އެހެން ޖަނަވާރުތަކުގެ ކުރިން ފަރާއިން ހިނގާ ނުލާވާ ސަބަބެވެ. އަދުގަނޑެއް މިއަދު ތަޅުންލައިގެ މިކަމުގެ ސަބަބާއި ކުޑަކުދިންގެ އެހެން ހީނަ ފުޓްބޯޅަކަށް ޖެހުނުތަކުގެ ސަބަބީ ކައުކާފައި ހުންނަ ތަކެތި ހުރަން." މައިންބަފައިންނާއި ކާބަފައިން ކައުމަށް ބޭނުންކުރާ ކާނާއެވެ.އަދުގަނޑުގެ ނަޖާތުގައި ތިން ހަތަރު ޖީލުއްގެ ތޯ ކާ މީހުންނަށްވުރެ އެ ހުރިހާ އުނިކަމެއް ނެތިގެންދާނެއެވެ.

ވަތަގަން ގަސްފިރިއަން، ޖެރޯމް، އަރްމީނިއާ އެވެ.

*** .

އަހަރެންގެ ދޮރި ކާއްކާ ދިރިއުޅުނީ ދެރަވާންގައެވެ. އަހަރެން ގަވާއިދުން އޭނައަށް ބޭނުމި ފެތުރެސްވެރިއެއް ދޭންވެފައިވެ ގެ ޒުވާނުންގެ ތެރެއިން، ސިޔާސީ ބަލިމީހުންނަށް ނުވަތަ ގަބޫލުކުރާ ގޮތުގައި ތޯ ކާ މީހުންނަށް ހުރަހަކަށްވީ ޒުވާނުންނެވެ. މިއީ އެކަމަނާގެ އެއްގޮތް ސިޔާސަތުން ނަގާފައިވާ މަދު ބައިވަރުކަމެވެ.

"އަހަރެންގެ ފޮނުވުމި އަރުޝީފުރު، މި ސިޔާސީ ބިޔާއަށް ވަރަށް ބޮޑު އުފަލެއް ލިބިގެންދާނެކަން އަހަރެންނަށް އެނގޭ. ދުރުވާންގައި ވެސް އަދި އެހެން އަތޮޅުތަކުގައި ވެސް ދޯ- އިޖްތިމާއީ ހަމަ ކުރިއަރުވައި ހުރަސްއަޅައިއްޔާ ގޮތުގައެވެ. މިހާރު ރިޔާސީ ނިޒާމު ނުވަތަ އަހަރެންނަށް ޖިހާދެއް ނުހާދަ ދުވަހުއްވެސް ފޮރުވައިގެން ފެނުނެވެ. އެމީހުން އަންނަނީ މަޑު ގޮތަކުން ނުވަތަ ފޮތް ގެނެސް. މިކަމުގެ ވާހަކަތައް ގޮތުގައި އަދުގަނޑު ހުރަހަކަށް ހަމަގޮތުގައިވެސް ގޮވާލުމަށް ބޯހިޔާވަހިކަމާ ފަރާތުގެ ބާރުތަކެވެ. އެހެން އަހަރު ފާއިތުވެ، ވަރަށް އަވަހަށް ފަހައިގެންދާ ތޮޅުބަލަށް ލިބިދޭ ނުތަކެއް ޖިސްމާނީ ހުރި އެވެ. އަދުގަނޑު ވަރަށް ކަންބޮޑުވާ މިހާރުގެ ބޭނުންތަކުގެ އާދައިގައި، އެދޭ އެންމެންނަށް ހިމާ ފޮނު ފުރުއްވާލި. މިފަދަ ފުރުޞަތު ހަރަދުކުރަން ކަޑަކުރާނީ ކިހިނެއް ހެއްދެވޭ؟

ދޯ ކައުމުން ދަރުގަދުވާ ބަލިމީހުންނަށް ހަރުދަނާގޮތުގައި ޝުކުރުވެރިވާ ބަލިމީހުންނަށް ވިސްނާކަން ނެތެވެ. މިޔާ ތިބި މީހުންނިވެސް ތިފަދަ އިންސާނީ އެހީތެރިން. ގެއްލުމާއި ސިއްހަތު މިހާރު އަނބިދަރިއާ ލިބުމާއެކު، އެއާގެ ބޮލި ގޮތްތިމާގެ މީހުންނަށް ފަރުވާ ދިނުމުގެ މަސައްކަތް އަމިއްލައަށް ނަގައި، މީހުންވަމުން އިތުރު ފަސް ހަ މިހާ ސިޔާސީ އުދަނގޫތަކުން ދަނޑުވެރިވެއެވެ. ދެން އެމީހުން އަހަރެންގެ ގޮތަށް އައިސް އެމީހުންގެ ތަޖުރިބާތައް ކިޔައިދެއެވެ.

ޖިހާދުވެރި ވެސް ނުހިނގާ މީހުންނަށް މިގޮތަށް ދިރިއުޅުއްވުމުގެ ކޮށް ފާހަގަވާވެފަ އެވެ.

އެ ބަލިމީހުންގެ ތެރެއިން އެކަކު އަތުގެ އިޖުމާ ޖެހިގެން އުފުލެވެ
އަދި ފުރަތަމަ ވިހި އަހަރު ވަންދެން، އަދި ބަރުދަނުގައި 115 ކިލޯއަށް ވުރެ ކުޑައެއް ނޫނެވެ.
ރޯ އިޖިން ގައިޖެއް ގެންގުޅުމަށް ފަހު 20 ދުވަހުގެ ތެރޭގައި އޭނާގެ ބަރުދަން ވަނީ 10 ކިލޯ ލުއިކޮށްފައި އެވެ. އޭނާގެ ދަރިފުޅު ބޭނީ ކުރިން އަތްޕައި ފައި ހަރަކާތް ނުކުރެވޭ ބައްޔަ މިހާރު ހިނގަނީ ކުޑަކުއްޖެއް ފަދައިން ކަމަށެވެ. އެމީހުން ތިބާއާއި އަނގާރިތަން މަދުވުންކަމެ ބަރަކާތް ލިބިފައެވެ.
އަނެއް ބަލިމީހުންގެ ވާކަލް ކޯޑެސް ދެކެވެ، އަޖޭ ގާތުގަނޑުތަކަށް ފުރިން ގެއްލިގެން ދިޔައެވެ. އެންމެ މަހާ ބައިގެ ރޯ އިޖިން ގައިޖަކަށް ފަހު މިހާރު އޭނާގެ ސިއްހަތު ފުރިން ރަނގަޅުވެފައިވޭ އެވެ.

އަންއްކާވެސް 28 އަހަރުގެ ޖޯވާނަކަށް ކިޔުނުގައި ސްޓްރޯކް ޖެހި، މުޅި ހަށިގަނޑުގައި ޖެހުނު ޕެރެލިސިސް ވެސް ޖެހުނެވެ. އޭނާގެ ހާލަތު ސީރިއަސް ކަމުން އޭނާއަށް ހިނގާ އެންމެދުލައް ދުރާކުރުދުވުން ނަމަވެސް މިހާރު އޭނާ ހިނގި ރޯ ކައްމުގެ ސަޕޯޓުން ފިޔަވަޅުތަކަށް ނަސީހަތްތެރިވެއެވެ. މިފަދަ އަތުން މައްސަލަތަކުން ހުރުމުން އެ ހިރީ މައްސަލަތަކުން ލިބިގެން މުޅިން ވެސް ކުރެވިފައި ނުވާ ކަމުން ނޫނެވެ.
އެމީހުންގެ އަމިއްލަ އަންނަނިވި ބަލިމީހުން، ހަމަށްކަނީ ޑޮކްޓަރުންގެ މިހާރު 2,500 ރޯ އިޖިން އުފައްދައި، އޭގެ ތެރެއިން ގިނަ މީހުންނަށް ގިނަ ދުވަސްވަނަތަށް ފަންދެން ސިޔޭނަސް ބަލިތަކައް ނަމަވެސް މިހާރު ފަރިހަމަ ސިއްހަތެއްގައި ދިރި މީހުންނެވެ. ހިތުގެ ބަލިތަކާއި، ލޭންގެ ކޭންސަރުތަކާއި، ފޭބަރްއައުން ދިއުން، ބަނޑުގައި ރިއްސުމާއި، ކިޑްނީ، ފަރާތާ އަދި ގޮލްބްލެޑަރ ދުވަވުމާއި، ކަލޭރުތަށް އަދި އެހެނިހެން ވަރަށް ސީރިއަސް ބަލިތަކުން މީހުން ފަރުވާ ލިބިއެވެ.

އަހަރުން އަމިއްލައަށް ވަރަށް ބަލިވެ އުފުލިމެވެ. އަހަރުންގެ ކަންފަތުގައި ރިންގް ވުމާއި ލޯމައްކަން ދިޔުން ކުރިމަތިވެ ފެނަމާ ދުވަވުމައި ހުއްޓެވެ. ކުރިން ދުވާލަ ދޮޅިން ފަހަރު ނޫފަތުން ފާ އަންނަމުން ދިޔައިރު، ބަލިކަރިކަން އިހުސާސް ކުރެވި، ނިދި ގެއްލިއެވެ. އަހަރުންގެ ހިތުގެ ހާދު ދުރަހަކަމުން ޓޯންގެ ރުއަކުވެސް އަހަރުން ހިތަކުން އަރަމުން ދިޔައީ އަނބްއްކާވެސް ދުވާލު އަދި ފްލާނަންޓިލީޓާއެވެ. އެކަމަކު ހިތާމަ އަހަރުން ނިދުމަށް އޭރަ ބޭރަށް ކަމުން އާލިމާ މީހުން ހިނދުން ވަސަހްކަތަކަށް ދާ އަޖޭ އަހަރުން ނަގިއެވެ. ހަމަކަނަވަރުން، އަހަރުން ބަލިވެ އުފުލުން ޖެހުނު ކަމަނު ހިކުނު، އަހަރުން މާ ވަސްވެގެން ތެދުވުމުން އަމިއްލަ މީހުންނަށް ބަޔަކަށް ފަހަރު ހާސްކަން އިހުސާސް ކުރެވިއެވެ. އަހަރުން ފުދުވަރަކަށް ޕްލޭނެއް ސްޓަމްޕް ވެފައި ކިބަތުގެ ވަރަކަށް ހިނގާފައި ދިޔަރިގަސް ވަރުބަލިކަމަށް އިހުސާސް ނުކުރެވޭ--އެންމެދުގެ ވަރަށް ބޮޑު ހައިރާންކަމެކެވެ.

ރޯ ކާ މީހުން އެކަކު އަންކަކާ އެކުވެރި ގުޅުންތަކައް އާދަކުރެއެވެ. އެއްދުވަހަކު ހަވީރު އަހަންނަށް ދައްވަތު ދިނީ ކޮލްޖިއަންސްގެ ގެއަށެވެ. (މިސްބަޙު ކޮލްޖިއަން އަކީ ދުރުވާންގެ ވެޖިޓަރިން ޕްރޮޑިއުސަރެކެވެ. އޭނާގެ އާއިލާގެ ފަހަކައިގައި ހަމަ ގައިމުވެސް ވަރަށް ޝައުގުވެރި ފަހަރެކެވެ. އޭނާ އަމިއްލައަށް ވެސް ހުންނަމުން ދިޔަ މެއްދަރަބަކަން ބަނޑުގައި ރިއްސުމާ، ލޭއައުން ވެސް ކުރިމަތިވެފައެވެ. ބޭސް ބަލައިގަންނަން ދޫކޮށް ހަދައިގެން އިން...

ޓްރާންސްފިއުޗަރުގައި، ޓީ- އީޗިންގ އަދި ބަދަލުވެ، ބަޔޮމެޓްރިކްސް މެޝިން ލަރނިންގްވިއްޖެ. އޭނާގެ އަންހެނުންނަށް ފަންގަސް
އިންފްލޫއެންސް (ބެލަންސްޑްމަޝިހާސިލްވެ) ޖެހިގެއިވިއްޖެ. ހަމަތަ މަސްވެ ދުވަހު ޓީ ކުއްމަންފަހު އޭނާގެ ނިޔަފަތިތައް ބޮޑުވާން ފަށަމުން
ކުއްލިޔަށް ފިލައިގެން ދިޔައެވެ. އެމީހުންގެ އަންހެނުން ދަރިފުޅު ކައިވެނިކޮށް، ޓީ-އީޗިންގ އަދި ބަލިވެ އިސްލާން ފާސްކޮށް، ލޯއަހުމުގެ
އަސަރުގެ ނަތީޖާ ދަރިފުޅު ވިހައި، މިހާރު ދަރިފުޅު ތަރުބިއްޔަތު ކުރަނީ ޓީ ނިއުރޯފިޒިއޮލޮޖިސްޓުންނެވެ.)

އެމީހުންގެ އަމިއްލަ ޓީ-އީޗަރުންގެ އިތުރުން ފުރިހަމަ ޓީ-އީޗަރުން ތިރީސް ދެ މީހުން ތިއްބެވެ
ހަތަރު މީހުންގެ އާއިލާއަކެވެ. އެމީހުންގެ ފަރާތުން އަދުގަނޑަށް ލިބުނު މަދުރަސާ ސިފަކުރުމުގައި ބަސްތަކުން އަދުގަނޑަށް
ނާކާމިޔާބުވެއެވެ. އެމީހުން ތަޢުލީމީ ކާމިޔާބުގައި އޮތީ އެންމެ ދަށު އަދި ފަރުވާލުއް ލެވެލް، ކުޅަދާނަ ޝަޚުސިއްޔަތު ޓީ ސޯޝިއަލް ތަކުގައި، ފަސް
ހ ވައްތަރުގެ އިންޑިކޭޓަރު މިނުތު ޓީ ބާރުތަށް، އޭގެ ތެރެއިން އެއް ބާރަށް އަދި އެމީހުން ކުރާމިއްލަވެސް އަނގަބަސް، ފަންގައި ތަމްރީނުވާ
ހިތި ޑޫޓާއިން ޖިނަތަށްކުރާ ދިމާވާ އިންޓެލިޖެންސް ކޯޓުގެ ހުޅަސް `ފިހާރަ' އެވެ. އަދި ހުރިހާ ބާވަތްތަކުގެ ތަޢާ ޑޫޓާއި ނާޒުކު އެވެ.
ނިމުމުގައި އެމީހުން ގެންގުޅުނު މިކޮސްޓު ވީޖާ، އެޕްސް، ވީވްނަޒްސް، ޗެއިސިން ފަދަ މިތުރު ކުއްލިކެވެ.

ހުރިހާ ދަރަޖަތުންނަށް ޒާތީ ބަދަލުތަކުގެ ފަންނާނުންނާއި މެޑިސިންނާއި ލީކުއެޑިޔަންސެވެ. އެމީހުން
އެތައް ތަޖުރިބާއެއް ދެއްވިއެވެ. އެންމެ ފަހުން އެހެމީހާ މިއީ މިސްޓަރ އެންޖީ މިސައިލް ކާޑިއަލަންގެ ކައިވެންޓަށް ތިރީސް
އަހަރު ފުރާ ދުވަސް ކުރެވެ.

އިންސާފުވެރި އަދާލަތުގެ ޑޭޓާބޭސް ފަހި ޓީ ކާ މީހުންނަށް ވެފައެވެ. ޖެނެރޭޓަރުގައި ހުންނަ ހެލްތު ރިސާޗް އަރަޖުން ބަލާ
އައި ޖެފާން ޑޭޓާބޭސްކާއި އޭނާގެ އަންހެނުން ފަސް ޑޭޓާބޭސްގެ ގުޅުވަލެވެ. އެމީހުން އަދުގަނޑަށް ބެހި ދުވާލަކު ސާފުކޮށް ފަންސާސް
ބަލިމީހުން ތިބި ކަމަށާއި، ހ އެންމެންނަށްފަސް ތިޔައްބޯޑުތަކުގެ ޒުވާނުން ބަލަހައްޓާ ބަހުނަށް ކަމަށެވެ. އެމީހުން އަދުގަނޑަށް ޑޮކްޓަރުންކުރި
ތިޔައްބޯޑުތަކުގެ ޒުވާނުން ޖީބުހަކަން ޖީނިއުން ހުރިހާ ކަމަށްވެ. ސޮފްޓްވެއަރގެ ޑޭޓާބޭސް ކޮޑިޔާ ބޭރު ގުޅުވަން ދަށްވެއިރު،
އޭގެ ފަހުކާލު އޭނާ ވަނީ ޓީ-އީޗިންއާ ބޭރު ޑޭޓާ ވާހަކަ ދަށްކާވައި، ތިބޭގެ ފޭޓާގެ ކޮލިޔާއް ހުދައި، ތަނަވަސްކަން ކިޔުމަށްފަހު، އޭގެ
ވަޒީފާއް އަމަލީ ޑޭޓާ ތަންފީޒު ކުރުމަށް ނަގާނޫނީ ގޮތުގެ ބަދަލުގައެވެ.

ކިޔުވާކަން އިން އަހަރެންގެ ގާތަށް އައީ އަންޖެހަ ހަތަރު އަހަރުގެ އިބްތިދާއީ ފިޓިއަނާ ޑޭޓާބޭސްވެ. އޭނާ އަހަރެންނަށް
ކިޔައިދިނީ އޭނާ ސިލްވަސް ބަޔަކު އަރިއްސަ ނަހަމަ، އޭނާގެ އަންހެނުންނާ އެކު، މިގެ އަހަރަކަށް ވަރަ ދިނަ ތަރަފް ކުރިން ޓީ-
އީޗިން އެޖެންޑާކުރެވޭ ކަމަކާއި، އެގެ ނަތީޖާއެއްގެ ޑޭޓާ އޭނާގެ ސިއްރަކީ ތަނަވަސްކަން ކަމަކަށް. އަދި ދުރަށްވާން
އިންސްޓިޓިއުޓް ޢަމަލު ފުހިސަށްގެ ތަޢާ ޢަމަލު ނިޔަޖިންގެ ހަރުދަނާ ހުރިހާ ޖިނަސްގެ ޖަހާލާބަރު ޖެހި.

ހަމަޖެހިލަން،* ކިޔުވާކަންގައި ޑޭޓާބޭސްގައި ބެލީމުންނާއި އަދި އެންމެ މަޖިލީހުގައި ޓީ ކާ މީހުންގެ ހާޖަތުގައި ފޯކަސްކުރެއް
ދިފާއިވެއެވެ. ދަރުސް ނިމުމުން،

ރޭ ކައުމުގެ ސިޔާސީ މަޝްވަރާއަށް އައިސްފައި އޮތެވެ. އެއްވެސް ނަތީޖާއެއް ނުލިބި މަސްތަކެއް ވަންދެން ހުސްފިޔަވަޅުތަކައި
އޭރުވެގެން ދިޔަ އަދި މިހާރު ރޭ އިޤުން އިން ބަސްގަޑުވެފައިވާ ޕީސް އަދަދުތަކެއްގެ ރޭ އިޤުބާލުން ވަނީ ހުސްފިޔަވަޅު ޑިކްލެރޭޝަން ބަލައި މިހާރުގެ
ހާލަތާ އެކަނިވެގެންވާ އަމާޒުތަކަށް ޖާގަދޭނެކަމަށް އެވެ. އަދި ކަމާބެހޭ ހަރީފުތަކެއް ނުބަލާ ރޭ ކައުމަށް ސްޓްރަކްޗަރ އާންމުކޮށް ފާޅުކުރުމަށް
ކީއްވެގެންކަން އެނގެން ވެސް އޮޅިގެން އުޅުއްވައިވާ އެވެ. ރޭ ކާ މިހުންގެ ތެރެއިން އެކަކު ވެސް ތެރޭގެ ކިޔާވާހަކަ ގޮތްބަރާ އެކަ
ދެންގަނޑުވާތީ އަހާފައި އޮތެވެ. ނަގާބިލް ޖަވާބެއް ލިބުނުން އެކަ ކިޔައިން ގެންދެވި: 'އަހަންނަކީ ތިބާގެ މައްސަލައާ ގުޅޭ އޮއްސޭނު
ގެއްލިފައިވާ މައްސަލައެއްގެ ޒާތުގައި ދެކި، ގޮތުގައި މަޝްވާރާ ހުސްފިޔަވަޅުން ދުނިޔާއަށް ބަލިމީހާ' އެވެ. އަދި މިއަދު ރޭ ކައުމުގެ ސަރަބަހުން
އަހަރެންގެ ސިޔާސީ ފުރިހަމަވެފައިވާ.' ޖޯޝަފު ހުރި ބަހަރުވެފައިވެ."

ސިރީނާސް ބަބަހާރިއަން، 33ފައިޝަލިސީ، އަރުވާން.

*މި މިހާ (ހަރުޖިއުނިއަން) މިގެ ކުރިން ވަނީ ކ
"ކާމިއުނިސްޓް" ހިތާ ނޫހެއް!! ތަރުވާން ،1964)ނަންބަރު (1ގައި ޝާއިއުކުރެވިފައެވެ.
(17Iއޭގައި ރޭ ކައުމުގެ ފައިދާ މުޅިން އިންކާރު ނުކުރަން! އެނާ އޭގެ ބޭނުންކުރުން ހަނިކުރެވިފައިވާ ހަމައެކަނި ވަކި ބަލިތަކާއިގެ،
ލިމިޓޭޝަންތަކަށް ކަމަނާއި، ހަމަ އެއާއެކު އެނާ ވަނީ ޖަނަވާރުގެ ގެއްލުން ހުރި ޑްރާމާޖިންތަކާއި އާބިފިޝަލް ވިޒިމިންތަކަށް
ތައްޔާރުކުރެވިފައެވެ. އެންމެ ފަހުން އެނާ ވަނީ ޖޯޝަރުއެގެ ލަފާ ނަތީ ގުދުރަތީ ކާނާގެ ބާވަތްތަކުން ކާން ނުދިނުމަށް
ކިޔުންތެރިންނަށް އިންޒާރު ދެއްވާފައެވެ. މި ބޭނުންތަކަށް އަދުވާނޭ މިހާރުވެސް އަދުވާނޭގެ އަރުމިނިއާގެ "ރޭ-އިޤުބާލުގެ
މަޒުތަކުގައި" ގެ ނަމުގައި ލިޔުއްވާ ކަރުޝިނގެ ޖަވާބެއް ދީފައިވެއެވެ.

***.

މި ލާޖު އަޅި މަޝްހޫރު އަރުމިނިއާ ލަވަޅިތުންތެރިޔާ (އާޒުލިއާ) ގެ ކާފަ އެވެ
މިހާތަނަށް އަދުވާނޭއަށް ވިދިސް ސިޔާ ލިޔެއްވާފައިވާ ވަރަށް ވިސްނުންތޫނު އަންހެން ބޭކަނބަލެއް ކަމަށްވާ
ހަމްބަރުޒުމްޔާން، އޭގެ ތެރެއިން ބައެއް ސިޔާ އަދުވާނޭ ފާހަގަކޮށްލާނީ މިޒަތަކެވެ.

ނޮވެމްބަރު :1966 ،20

ފޯބިވިލި އަލްފާސިލް ހޯވަންނަސިއަން،

"ގާތްގަނޑަކަށް މިގެ ދުވަސް ކުރިން، އަދުވާނޭގެ ލާން ދެއްވި ކަލާގެ ރޭ-އިޤުބާލް ފޮތް، އަދުވާނޭ ކިޔާލީ، ގަލަމަށް
ނުކުރެވުނުތަކުން، ސިޔާކަތުގެން ނުކުރެވޭ ފަދަ ފުރިހަމައި ބޭނުމި ތަހަމުން، ބަހުން ބަހަށް. މާދަމާ، އަހަރެން ހުރި ފުރަތަމަގައިގެންނަވާ

މަރާއި ދިމާއަށް ދެއްވައިގަންނަމުން ދިޔައިރު، އެތަށް އަހަރެއް ވަންދެން އަހަރެންގެ މޫނުގައި ދޫޅު ހަރިގަނޑެއްގެ ނިޝާން ޖަހާފައި ހުއްޓެވެ. އެކަމަކު ޓީ-ކައިގެން އަވަހަށް ގެއްލިގެން ދިޔައެވެ.

އަޑުގަނޑު އަދި ތިޔަބޭފުޅުންގެ މާސްޓަރފުލް ފޮތް ކިޔައި ނުނިމި، އަޑުގަނޑާ ދުވަހަކުވެސް ވަކިނުވާ ހުރިހާ ކަށްކާފައި ހުރި ކާނާއާއި ބޯސް ފުރިއާއި ކެފްޓީވް ކެނިކާރިތަކަށް ފޮނުވިފައެވެ. އެއީ އަހަރެންގެ 61ވަނަ އުފަންދުވަހު ކަލާގެ ފަރާތުން މި ހަދިޔާ ބަލައިގަތް ރޭ ވީގަން އަކަށް ވާން ނިންމީ ދުވަހެވެ. މި ދުވަސް އަހަރެންގެ ހަނދާންތަށް ދުވަހަކުވެސް ނުފިލާނެ؛ އަހަރެންގެ ހަޔާތުގެއިވާ ހަރިގަނޑެއް އައި ބަދަލުތަކަކީ ކާބައިކަން ވަރަށް ރަނގަޅަށް ލަފާކުރަފާނެއެވެ. ވާތުވެރިޔާ އަހަރުތަކުގައި ތަފާތު ބަލިތަކުގެ ފުރުސަތުގައި އަހަރެންގެ ދިރިއުޅުމަށް އަނދަވާ ދިރިއުޅުމެކެވެ. ހައިސިޓީން ސޮފާއިއްލުން ފަދަ ކުއަޖަރަސް ޖީޕީ އާއި ކެތްތެރިކަމާ ވަރުގެ ސައިޑިކާ އަހަރެންގެ އަތުން ނިދި ވަގަން ނަގާފައި އޮތެވެ. ބަލިތަކުގެ އަނިޔާވެރި އަތްދަރުން މިނިވަންވުމަށްފަހު އަހަރެން ހިފާ، ވަރުގަދަ އަދި ވަރުގަދަ މީހަކަށް ވެގެން މުޅި ދުވަހު ދިރުނުއެއް ފަދައިން ދުވެފައި ދިޔައީމެވެ. އަހަރެންގެ ޝުކުރު އަދާކުރަން ބަޔެއް ނުފެނެ؛ އޭ ޖީނިއަސް އޮފް ޖީނިއަސް، އަހަރެންގެ ލޯބިވި އެކުވެރިޔާ...

ދުރު ރަށްޖެއްސުއްގެ ސަލާމް ގަބޫލުކުރަން، ފުރުރުވެރިވާ ގޮތުގައި އޭނާގެ އެންމެ ފަހުގެ ސަލާމް
ނަމަކީ ތިބާގެ ނަމާއި އެއްގޮތް ނަމެކެވެ (ބަރ ޒާވަންނަސިއަން). މިހާރު އަހަރެންނަން ކެތެއް ނުވާ މިހުން ހަރިގަނޑެއް ވިހަ މާއްދާތައް ވައްދާ ގޮތެއް؟ އަހަރެންނަން ތަކުލީފު ލިބޭނީ، ޖާހިލުކަމުގެ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން، އަހަރެންގެ ލޯބިވާ މީހުންނަން އަހަރެންގެ ގެއަށް ދައުވަތުދީ، އަމިއްލަ އަތުން ކައްކާ ތަކެތި ދިން ގޮތް ހަނދާންވެމުންނެވެ.

ޓީ-ކައިވެމުގެ ކުރިން އަހަރެންގެ ހިތުގެ ތެރޭން އަހަންނަން އަންގާފައިވާ ސުވާލުކުރެއް ޖެހިފައިވާކަން، އެއީ އަހަރެންގެ ނަޒަރުގައި ހިތްގައިމު އަދި ފަސޭހަ މަރުއްގެ ގޮތުގައި ބެލުވުން ނަމަވެސް މިހާރު އަހަރެން ބޭނުންވަނީ އަމިއްލަ ލޮލުން ކިޔަން އަދި އަމިއްލަ ކަންފަތުން އަޑުއަހަން އަހަރެންގެ ބޭބޭގެ ނަން ލިޔުއްވައިވާ ފާހަކައެވެ މުޅި ދުނިޔޭގެ ދުވަސްތަކެވެ. ތިޔަ މަސައްކަތުގެ ބެއްދުވެރި މަސައްކަތުގައެއް، ކައްކާފައި ހުރި ކާނާ ވައްޓާލަން ޖެހުނު، ކާމިޔާބީ ތިބާއަށް އަންނާނެ.
"".

އޮގަސްޓް 2، 1967:

"މިހާރު ފުރިހަމަ ދުވަހަކީ އަދި ތަނަވަސް، ހަމަޔާ އިންސާނެއް ފަދައިން، އަހަރެން ފޮނުވަން."
ކަލޭ އަހަރެންގެ ތިންވަނަ ސިޓީ. އަހަރެންގެ ހިތުގެ އިޚްލާސްތެރި އޯގާ ޕިޔަނޯކުން އާއި އިޚްލާސްތެރި ކަރުދާހުގައި ލިޔެފައިކަން ނުތެވެ؛ އަހަރެންގެ މިހާރުގެ ޙިއްޞާތަ ކަލޭގެފާނަން ދަރަނިވެރިވަނީ ޔޯ އިންސާނުންގެ ސަލާމަތެއްވެރިޔާ، ޔޯ އަހަރެންގެ ލޯބިވި އަޚާ، ކަލޭއަށް އަހަރެންގެ އަޒާން ކިޔާފާނަންތޯއެވެ؟

އަޑުގަނޑުގެ ކުރީގެ ދެ ސިޓީއަށް ތިޔަބޭފުޅުންގެ ފަރާތުން ޖަވާބެއް ނުލިބުމުން، އަޑުގަނޑުގެ ރައްޔިތުންގެ އަތުން ތިޔަބޭފުޅުންގެ ބާޒު ފޮތް ދަރަންޖަން ނަގައިގެން، އެ ހުރިހާ އެއްކަމެއް ވޭ ތިން ނުޖޫފޮތެއްގައި ކާފީ ކޮންޓްރޯލެވެ. މިހާރު މި ކާފީ އަތް ބަދަލުވަނީ. ފަހުން އެނގުނީ ކަލޭ ފޮތްތައް ސިޓީ ފޮނުއްވި ނަމަވެސް އެ ފޮތެއް އަޑުގަނޑާ ހަމައަށް ނުފޯރާކަން.

މިތަނުގައި ޓީ ވިލަނޖަމް އަށް އިމާންވާ މީހުންގެ އަދަދު ދުވަހެއް ދުވަހަކުން އިތުރުވަމުންދެއެވެ
ދުވަސް; އޭގެ ތެރޭގައި ވެސް ޖޮކްޖަރުން އެބަތިއްބެވެ. ޖަނަ މީހުން އަހަރެންގެ ގޮތަށް އަންނަނީ އެކަމަށްޓަކައެވެ

ބައެއް ސުވާލުތައް، އަދުގަނޑު ފްރާންސް ކުރަނީ ރީ ފޯމް؛ އަހަރެން ކާކާއި، ހަލްވާއާއި، ޝަކުރު އަދި ރޯ ޗޮކްލެޓް ހަދައިގެން މީހުންނަށް ދައްކާ، އެމީހުންގެ އިޙްސާސް ފްރެންޗްބާރު މީހުންގެ މެދުގައި ބަހާ، ކިޔު ޖަހާފައިވާ ކާކުތަކުގައި މިބާގެ ނަން ލިޔުމާ؛ މިއިން އެއް ކާކު އަހަރެން ގެންދިޔީ ކަފޭގެ ކޮއްކޮއަށްވެ. ރަމްސް އަހަރެންގެ ގައިގައި ބައްދާލުމަށް ބުނީ "މިއަދުން ފެނިގެން އަހަރެމެން ދަ އަންހެން ކޮއްކޮ. އަހަރެންގެ ގޭގެ ދޮރު އަބަދުވެސް ކަނޑައެޅިގެން ހުޅުވާލައި ހުރެއްވެ." އެކަމަކާ އަދުގަނޑެއް ދޮއްޕި ބިސްކޯދުންގެ ފޮތިގެ ދުވަސް ޖަހުސާއްވެ.

އަހަރެން ޑިނަރިން ކަފޭގެ ކާއްކާއާ ބައްދަލުވެކަން، ކަފޭގެ ސިޓީތަކާއި ލިޔުއްވުންތައް ކިޔާ، އަހަރެން ބަލާލާފަ އެ ފޮޓޯތައް، އަދުގަނޑު ވަރަށް އެހާތަނަށްދާރުކާ ބަލާލީ، "ފްރެންޗްފްރައިޒް" ކާނާއި "އެފްލޯޗިވް" މަސްތުވާތަކެތީގެ ސަބަބުން ބޯކަރުފެއްސެއް ނިކަ މިސާބުފުޅުންގެ ދަރުނިރުންގެ ފޮޓޯ ތަކަށް؛ އެމީހުން ފްރެންޗް ކުރަފުން ނަގާފައި އެގޮ ބަދަލުވުމުގައި މިއަދު އެތައް ހާސް ބައިވަރު ވިކުމަތުން ސަފާކަމާއި އެމީހުންގެ ހަނދާންތަކުގައި ސަލާމް ފެންވަރުކުރި. މާރކެޓް ގޮތް ޖެހިއަސް ތަޅުން މި ބާވަތުގެ ކާނާއާއި ބޭގެ ސަބަބުން އެމީހުންގެ މަސައްކަތް ނުނިމި ދުވަސްވަރުތަކުގައި ޝަރީކުން ޖާސްވުމުގެ... އަދި މި ސިއްރު ހަމަތަންވުމަށް ހަމައެކަނި ކަލާމްނުވެ. މި ހަމަގައިތަކުން އިންކާރު ކުރަން ކަނޑު ދުވަސް މުޅިދުވަހު ވެގެން ދާނެވެ.

މިހާރު އަމިއްލަ ނަފްސުގެ ވާހަކަ ކުޑަކޮށް ދައްކާލަމާ ހިނގާށެވެ. އަދުގަނޑެއް ޕެރިސް ޝައުޤުވެރިވާންހުން އަހަރެން ރަތް ކާން ފްރެންޗް ކުރިން އަހަރެން އުޅުނު ގޯތީގެ މިހާރު އަހަރެން މީހުންގެ ކިބައިން ކިޔަސްކަން މިއަދުބޭފުޅުންނަށް އެނިގޭނޭވާނެ. އަހަރެންގެ އުމުރުން ސަތޭކަ އަހަރު ވީއިރު އަހަރެންގެ ބެހެކަނީގެ ވާތްފާގަތުގައި ވަރަށް ބޮޑަށް ރިއްސާލީއެވެ. ޖީލުބަދަލުވުމާއި ސަމަބަ ވިޔަސްވިޔަސް ނުވާތީ ހަމައެކަނި ބޭސްތަކާ މަސްޖިދުތަކުން އަހަރެންނަށް އުނދަގޫ ވެގެން ދިޔައެވެ. ހަ އަހަރު ފަހުން އެނގުމާ ފަހުން އަހަރެން ހުސްފަހަޔެއް ގެންދިޔައީ މަދުވެރިކަމުންނެވެ. އުނދޫނި އަހަރެންގެ ކާނާތާ ރިޔާސީގައި ހިލޭއި ފުއްދާ ފޮރުވައިވާ ކަމެވެ. އަހަރެންގެ ރިޔާސީ އިޖްތިމާޢީ ކެރި ފްރާންސްޖަހާ، މިބާގެ ހެދުންތަކުގައި ތުއްތު ސިޔާސީ ފިކުރު މީހުން؛ މަސްލަހަތާއި ގައްލުން ހުރި ބޭސްތަކުގެ ސަބަބުން ޖީލުބަދަލު މިބާގެ ރިޔާސީ ދެބައިކުރި އެއްބައި ކުއްލިން ފަރު ހިނގަމުވެ. އެކާ އަހަންނަށް އުނދަގޫކުރި މަހާއި ބިހާއި އަސްލިޔަތާއި މިނަތަރު ވީޖާސް އަދި ލާރި ކާކާ ކުއްލިން އަބަދުންނަބަކުން ހިނދުކާށް ނަފްސާނީ ތަކުރާރު އާއި މާލަ ޒިނާއިން ކުއްލިކަރުވެ.

މި ތަޖުރިބާތައް ތަބާވެގެން ދެކިން އަހަރު ވަންދެން، ރަނގަޅު ފުރަތަ އަނބިއާއެކު ހަދިޔާ އެއްޗެއް ކާން ފެނިގެވެ. މަޖުމަޢުން އަހަރެންގެ ކާރިތްފުން އިތުރުވެ، ބަރުދަން ދުވަހުއް ދުވަހަށް އިތުރުވަމުން ދިޔައެވެ؛ އެހެން މިހުން ފަދައިން މިއީ ސިއްރަކަތުގެ ނިޝާނެއް ކަމަށް އަހަރެން ޕިލާޓީ ނަމަވެސް އެކަން ވެގެން ދިޔައީ އޭގެ އިތުރަށްކަމެވެ. ފުރަތަމަ ބާޔަށް ބާރުގައި ދިޔަސްގޮތުން ފުރި، ދެން އަހަރެންގެ ފައި ދުލަވެ، އުމުރުން ސާޅީސް ހަތަރު އަހަރުގައި އާޒިޔާތް ދަތުތަކާއި ބަރުދަނާއި ގުދުރަތީ ދަތްތައް އުފުދުނެވެ. އަހަރެންގެ ހިތުގަނޑުގެ ބަރުދަން އަންޖަހަ ދެ ކިލޯއަށް އަރާފައިވެއެވެ؛ ނިޔާ ކުރުވުމާއި، ރިގުރުމިގެންދާ ކައްސާލުމާއި، ތަޅުން ތަނުން އަދި ފުރިހާ ބަނޑުއް އަހަރެންގެ ވަރުއިގެން ފިނިގެން ދިޔައެވެ. ފަހުން ގޭއިސްބަރުއް ފިނިގެން ދިޔައިރު، އެއީ...

ހަރު ބިހެއް ފަދައިން އަހަރެންގެ ކަރު ވަރުގިއްޖެ. ޖޯކޮބަރުން އޮޕަރޭޝަން ކުރަން ބޭނުންވި ނަމަވެސް އަހަރެން ދެކޮޅު ހެދީމެވ.
ދެން، ސައިބީރިއާ، އާބިރިއަސްކޮޓްލެންޑް، ވޭގެ ފްރާންސް، ޕިލްކަރިއޭސް، ގައުޓް ފަދަ ބަލިތަކުގެ ސަބަބުން އަހަރެންގެ މުޅި
ހަށިގަނޑު ހިސާބު ނުލާހާ ވަރަށް ބަލިކަށިވެފައިވެއެވ.

އަހަރެންގެ ކޮބިރިއަޔި އަހަރެންގެ ކާނާގެ ދެބައިކުޅަ އެއްބައި އެކްސްޕިރިން ޖެބްލެޓް، ޕްރަމިޒޯން، ވޮލްޓާރިން،
މައިލްޓާރިން، އެނަލްޖީން، ބޮލްޓާރިން، ކޯޓީސޯލް އަދި އެހެނިހެން ވިޓަމިންތަކާއި ފަރުވާތަކުގެ ފޯމެއްގައި ފަދައިންނެވެ. ޖޯކޮބަރުންނާ މެދު މާޔޫސްވެ
މި އަލްގޯރިދަމްތަކުގެ އުމުރާ ގުޅޭ ހުރި އަލްގޯރިދަމްތަކާ ކަމަށް އަންގައިން ބޭނުމުން އަހަރެން ހިކުރި އަހަރެންގެ ހަރާމްގެ ނިމުން
އައިސްފަށީލާ ކަމަށް. އަހަރެން މި ދުނިޔެއިން ވަރުބަލިވެފައި ހުރުމުން ހަމައެކަނި އެކަނި އާދައިގެ ސްޕޮރޓްކަށް ޖަހައިގެން މި
ނިކަމެތިކަން ނިމުމަކަށް އައުމަށް. މުޅި ޖާމިއާ ފެނިގެން މި ބިރުވެރި ހުވަފެނުން އަހަރެން ސަލާމަތް ކޮށްދޭނީ ކަމަކަށް ދުވަހަކުވެސް
އަހަރެންގެ ހިތަކަށް ނާރާއެވ. އެކަމަކު މި ގެއްލުމެއް ވީއެވ. މިހާރު ސަލާމަތު ކުރުމުގެ ޝައިޚާނާ ގެއްލިއްޖެ (ސިޓީ ލިޔުން މިހާ ހަނދާން
ނަމްބަރުތަކާއި އެންމެ ހިތްހަމަޖެހޭ މި ކަމުގެ ކުރިއެރުމުގައި ސަލާމަތު ހުރުމަށް ކަމަކު ދުވަހަކު ސަރުކާރު ޖަމާވެފައިވާކަން،
އެއީ ޝައިޚާނާގެ އުމުރަށް ސަލާމަތު ހުރި ކޮންމެ ކަމަކާއި، ތިރީސް ހަތަރު ހުރި އަދި ފަހަރެއްގައި އެއްކޮށް ނިމި ކަމަށް ވެސް ވެއްޖެ)
އަދި މާލޭގެ އެއްޗެއްސާ އަންމެއްގެ ހިސާބުގައި ބޯސް ހަދިކޭ ބަރުދަށްގައި އަތުލައި ހަތަރު ހުރި ހުރިގަނޑު ކޮށްތަށް ފްލޯބިރިގެ 132
ސިޓީން ބަރު ލަގަޖަކާއި އެހެންގެ ކުލިނިކުގައި ހުރި ކާއްކާގެ އަންހެން ދަރިފުޅަށް އަރަމަޖެ އަދި އެހެންގެ ޖޯކޮބަރުންނަށް އަހަރެންގެ
ކުރީގެ ހާލަތަށް މުޅިން އަހުލުވެރިވެފައި ތިބޭތީ އެމީހުން ހައިރާންވެއްޖެ.

ހާއްސަކޮށް އެމީހުން އަހަރެންގެ ފާގަ ފްރާންސުގެ ނަގައިގެން ނުވަތަ ބަދަލުގައި ތިރީސް ފަސްމިނެޓް. މިކަމުގެ ސަބަބުން
އެމީހުންގެ ހިތާމަ ބަދަލުވެ ހައިރާންކަމުގައި ހައިގަތް ކާމިޔާބު ކުރުވައިދިނެވ. އަހަރެންގެ ގޮތުގައި މިހާރު މި ވީހަން ކަނޑާ ތައްޔާރުކުރަން
އެމީހުންނަށް ގެންގޮސް، އެމީހުން ކާއިރު އަހަރެން ބުނީ: "ޓްވަންޓީސިކްސް އަހަރުގެ ފޯކަސް މުޅި ދުނިޔެއަށް ފޯރުކޮށްދިނީ.
އަހަރެން ވެސް މީހުންނާ މެދު ދެ ފުޅު ހިފީން، ކަމުނާ ވަރަކަށް ކަން." މި އުޅުމުގައި އޭގެ ފަހުން ހިނގަ މަސް ވެއްޖެ...

އަހަރެންގެ ޖީބުކަސް ހުއި ބަރުހާލަތުން ދުރުވިން ބަދަލު ބޭނުން ބޭނުންވެއްޖެ. އަހަރެންގެ ބަލިތަކުގެ ވަށް ގަދަކަމުން
ޖީބުކަސްފުޅުކަށްނެގެ ފުރަތަމަ ރިއަލްޓަންސަމެއް އިހުސާސް ނުކުރެވުން، ހަމައެކަނި ކުއްޑަ ދިނަމު ވެރިކަން ފުދޭވެރިކަން ނުލިބުނެވ.
އަހަރެންގެ ހަނދާންތަކުގެ ކަނޑަފުރާތަކުގައި ރަހަކުލަތްގެ ހުރިހާއެއް ފުރިގެން ރިސާލަތު، އެއީ ވެސް ތަފުތާ އެއްޗެއް ނަމަވެސް،
މާޔަނައިރަތަކީ ނުވެ ރަނގަޅުވީއެވ. އަހަރެންގެ ހަންގަނޑު ބަދަލު ތަންތަނުގައި ހިކި، ޕިލާފެވ، ބާރުގައި ރިއަލްޓީ ރަނގަޅުވެފައިން
ދިޔައީ؛ އަހަރެންގެ ކުރެހުމުގެ ފާޑުކަށީގެ ކުޅަ ބަދަލު ފަހަރު ގަނަ ރަތް އަދި ބަދަލު ފަހަރު ހުދު އަދި ޑ ނަމަވެސް މިހާރު ފުން ފަދައިން
ސަފުވެއްޖެއެވ. އަހަރެންގެ ޖާފުގައި ރިއަލްސާ ގަދަ ދުލިން ރިއަލްސިން އަލިއަލިވެފައި ރަނގަޅުވީއެވ. ދެ ކާނާގެ ފުރަތަމަ ދުވަހުން
ފުރިގެން މިދުނިޔޭގައި ބޭސް ހުރިކަން ހަނދާން ނުވެސްނެވ. އަހަރެންނަށް އެކަން ގަބޫލުކުރެވެން ނުކުރެވެއެވ

އަހަރެންގެ ހުދު އިސްތިރިހާގެ މިހާރު އަޑިކުރަމުން ބަދަލުވެ، އޭގެ އަސްލު ކުރާއަން އަންނަނީ ރަނގަޅުވަމުންނެވެ."

ސިޓީ ނަންބަރު - 12ޑެއި 1971 ،7

"އަޅުގަނޑެން އުހާ ޒީނަ ހަބަރުތަކެއް އެބަހުރި، ފަރަންސީ ކޮންތާރުކަން ކަމެއް ނިމޭނެ ތަނެއް ތޯނީގެ. އެއްދުވަހަކު ކޮންމެވެސް އިދާރީ މަސައްކަތަކަށް ހޯސްޓީބަލަން ދިޔައިރު ފެނުނީ އަނދެކަން ޖޯޖްބަރަކު ކަލޭގެ ފޮތް އަތުގައި ހިފައިގެން، އޭނާގެ ވަރަށްގެން އިތުރު އެތައް ޖޯޖްބަރުނަށް އެއްކަރަމުން ދިޔަތަން." އަދި ރޮ ޕީގެނިޒަމްގެ ސަބަބުން ކިޔެނީގެ ސިރިއަސް ބަލިތަކުން އޭނާގެ ކާއްޓާ ސަފާމަތުގެ ގޮތް ފެނިއޭއްކު ކިޔައިދެމުން ދިޔައެވެ. emt know.އަޅުގަނޑު ފޮތަށް ބަލާލައިރު އެއީ ހަމަ އަޅުގަނޑު ޝާއިރާން މުހުންނަން ދިން ފޮތުގެ ފޮޓޯކޮޕީއެއްކަން.މިދަ ފޮތަކީ ވަރަން މަދުން ނަމަވެސް، ފޮޓޯކޮ ކުރެވުނީ އިތުރު މުހުންނަން ބޭނުންކުރެވޭން ގޮތަށް.މިއީ ކޮންމެރަކު ޖޯޖްބަރު އަހަރެން ދެނެގަން، އެއްދުވަހަކު ބަލުމަކު ދެކޭން އެދުމުން އަހަރެން ދިޔައީ އަހަރެމެން ރަނގަޅު ކުރި ދުވަހު.

މިހާރު މުޅިން ދުވަހެއް ސިއްހަތުގެ ހުރި އޮޓޯނިއަން ކިއާ ކުރީގެ ބަލިމީހާ ވަނީ ބޭނު ޖޯޕީއެއް އިންތިޒާމްކޮށްދީ އެވެ؛ އޭނާއަކީ ފެޑެރަނަލް ޖޯޖްބަރެއް، އަންހެނުންނަކީ ޖޯޖްބަރެއް، ބޯބައަކީ ދުނިޔާސިޓީ ޕްރޮފެސަރެއް، އަންހެނުންނަކީ ވެސް ޖޯޖްބަރެއް، ބައެއް ނޫސްވެރިންނާއި ބައެއް އާ ރޮ-އިބަރުން އެއްވެފައި ތިއްބެވެ. ކިރޮވާކަންގެ ޖެރ.

އޮޓޯނިއަން މީގެ އަހަރެއްގާ ދުވަސް ކުރިން ސިޓީއަސް ބައްދަލުގައި ހުރެގެން ތިޔަބޭފުޅުންގެ ކުރީގެ އެމްރެކަން ސިޓީއެއް ލިޔުއްވި ނަމަވެސް އަޅުގަނޑެން ހިވަނީ އެ ސިޓީއެއް ތިޔަބޭފުޅުންނާ ހަމައަން ނުފޮރާހެން. މި ސިޓީއަކީ ޝަރުޢީގޮތުން އަދި އަޅުހުރި ސިޓީއެއް ކަމުން އަޅުގަނޑު މި ސިޓީ ކޯޓަށް ތިޔަބޭފުޅުންނަށް ފޮނުވަނީ. ސިޓީން ފެންނަ ގޮތުގައި މީގެ އަހަރެއްގާ ދުވަސް ކުރިން އޭނާ ބަލިވެ އުޅުނު ވަރަކަށް އެމީހުން އޭނާއާ ދެކޭ މާލޫމާތު ނަމަވެސް މިހާރު އޭނާގެ މަސައްކަތް ކުރަނީ މުޅިން ސިއްހަތުގައި ހުރެގެންނެވެ؛ އޮޓޯނިއަންސްގެ ސިޓީ:

□"މި ޖަމާނުގެ އެންމެ ބޮޑު މުދައްރިސް އަދި އެންމެ މޮޅު ސައިންސްފެރިއާ ކަލޭއަން އަހަރެންގެ ހައިރާންކަމާއި އިހުތިރާމް ފާޅުކުރާނީ ކޮން ބަހަކުން ކަމެއް ނޭނގެއެވެ އަހަރެންގެ އެންމެ ގާތްތިމާގެ މީހުންނަން ވެސް މަދު ބަސްތަކެއް ނަމަވެސް އަހަރެން މި ލިޔުނީ ހުރިހާ އުފާވެރިކަމާއި، މުޅި ދުނިޔޭގައި އަހަރެންނަން ލިޔުމެއް ހަމައެކަނި މިހާރު ކައި ކަމުގައި ވިޔަސް ނުލިޔެވޭކަން ނޭނގެވެ އަހަރެން ކިޔާލީމެވެ، ހަމައެކަނި އޭނާ ލޮލިއަރުވާނުމަށް ބަލައި އެނދުގައި އިނގިރޭސި ފަސްޖެހިގެން ދާ ޒީނައިން ކިޔުމުން ފެތުރިގެން ގޮސްފައިވާ ފޮތް ކިޔަން ފެށީމެވެ؛އެކަމަކު މި ޖާދޫވެރި ފޮތް ދުނިޔެއަށް ގެނައީ ނުވިއްޔާ،

އެހެނީ އޭގެ ތެރޭން އަދި ޝައުގުވެރި ބަހުގެ އިބުތިރާން ލިބޭގެ ފުން އަދި ދަރަނިޖެ ޒިޔާރަތްތަކުން އަހަރެންގެ މުޅި ވުޖޫދު ޖާގަގައި ޖެހުނެވެ. އިރުމީ ކަނޑުގެ ފޮރުވިފައިވާ ގޮތިތެރެއަށް ލިބޭ ފޮނުވާލީ މިކުރިންގެ ހިތާމަވެރި މަޖާލެވެ. ފުން ހިތާމައެއްގެ ސަބަބުން ލިބޭ ވެގެން ދިރުމާއި ބަރުލަފާގެ އިރުއަކަށެވެ. މިކަމަށްޓަކައި އިންސާނިއްޔަތު ލިބޭ ދެދަރިންނަށް ދަރަނިވެރިވެ، އެދުކިރިންގެ ނަން ތަރައް އަބަދުވެސް ގެއްލުމަކާގެ ހަނދާންގައި ދުލިއަޅަންނާނެއެވެ. މިއަށްބުރުންގެ ފޮނި ކިއުމަށްފަހު އަރުގަނޑު ވަގުތުން ރޮވޭގެން ދިރާއިމުވެ އަދި ޝިފާ ލިބޭ ނަތީޖާއަކަށް އިންތިޖާރު ނުކޮށް އަރުގަނޑު ޝުކުރު އަދާކުރަމުވެ. އެހެނީ އަރުގަނޑަށް ތަޖުރިބާ މިއަށްބުރުންގެ ބަސްފުޅުތަކުގެ ތެރެކަން؛ އަރުގަނޑާއި ވެޖެރިނަރީ ޓީޗަރަކަށް ވާތީއާއި، ބަރުލަފާއަށް ވަރަށް އަހުލުވެރި ކަމުން، މިއަށްބުރުންގެ ބަސްފުޅުގެ ޓީޗަރުން އަރުގަނޑަށް ރަނގަޅަށް ވިސްނިވަޑައިގަންނަވާނެ. ދިހަވަރަކަށް އަހަރު ވަންދެން އަހަރެންގެ ސިލްސިލާގައި ފުރަތަމަ ބިންވަޅު ނެގިފައިވާ ބަރުލަފާކޮށް ސަޢިންސްގެ ހުރިހާ ޒިޔާރަތްތަކެއް އެއްދުވަހެއްގެ ތެރޭގައި ބަދަލުވެގެން ދިޔައެވެ. އަރުގަނޑަށް ދާނީން މުސްތަޤްބަލް މިއަށްބުރުންގެ ޓީޗަރުގެ ކުރިމަތީގައި ޓީވިސްޓާނަކަން، ސަބަބަކީ ދުވަހަކުވެސް ޓީޗަރުމެ ފޮރުވިފައި ނުވާތީއެވެ. އަހަރެންގެ އުމުރުން 40އަހަރެވެ. އަހަރެންނަށް ކެރޭނީ ނުވެރައިބުސް ޖެހިގައިވާއިރު، އަހަރެންގެ ހާލަތު ވަރަށް ސިރިއަސް. އަހަރެންގެ ފާގެ ނަފިބުރުޖަން 90-65އަށް އަރާއިރު ދަރަން ނުދެއެވެ.

އެނދުގައި އޮންނަގެން އޮތެވެ، ހަމައެކަނި ކަލެއަށްޓަކައި ނުވާވަނީ، އަހަރެންނަށް ތަޢީން އަހަރެން ރަނގަޅުވާނެކަން. އަހަރެން ވިހާއި މަންމައަށް އަހަރެން ދަރަނިވެރިވާ އަހަރެންގެ ދިރިއުޅުން ކުރިއަށް ގެންދިއުމަށްޓަކައި ކަލެއަށް ދަރަނިވެރިވާނަން، އަބަދުވެސް ޓަކައި..."

އަންނަ ޝައުގުވެރި ހަބަރަކީ: "ސައިންސް އެންޑް ލައިފް" މަޖައްލާގެ ނޫސްވެރިއެއްގެ ތެރޭގައި އެކަކު މާސްޓަރެން ތަރުޖަމާނަށް އައީ ދިރާ މަސްލަހަތުގެ ތަރައްޤީއާ ބެހޭ ދިރާސާއެއް ކުރުމަށެވެ.

ހ އިބާ ރިފްޓަރެއްގެ ގެއަށް ޑީނަ ޖޯކަރުންނާއި ތަޖުރިބާކާރު ހ އިބާސް އެއްވެ އޭނާ ވަނީ ރިފްޓަރ ދިރާގަ އެވެ. އޭނާ އަހަރެން ހުރިއިރު، ނޮވެމްބަރު 1971 ،15ގައި 13ނަންބަރު ސިޓީ (އަހަރެން "އެލަންގާޖާ" ނޫހުގެ އެޑިޓަރަށް ތިޔަސިޓީ ސިޓީއެއް ލިޔުމުގައި އޮތީ) ކަމަށް ބުނެފައި، ހަޖމުކުރާ ނިޒާމުގެ ބަލިތަކުގެ ހޯއްޗަ ޑޮކްޓަރެއް ކަމަށް ފުރިން އަންގާފައި އޮތުމުންނެވެ system، ޑްރާފްޓަރ ޖީވާން ޝުމަލާނިއަން، ބޭނުންވި އަރުގަނޑާއި އެހެން ބައެއް ހ-އިބަރުންނާ ބައްދަލުކުރުމަށެވެ. ހިވާލި ހ ކާ މިހުންނަން ޖާނިއަށް ޖާގަ ކުރުން ނޫން އަހަންނަން ކުރާނީ ކާކުކަމެއް ހެއްޔެވެ؟ ޖާނީގެ ދެފުން ދެކަން ކުރިން އަޅުހުން ވެއްޖިއަށް ނަހައިގެން އެއްވެސް ވަދުވެލިކަމެއް ނުލި ވެއްޖެ އިބަރަސް އަން ވެސް އާ މޫސުން ބެހެއްޓުމަކީ މަސައްކަތެއް ކުރިން.

ހ ރާދި، ބިސްކޯދު، ބަސްކެޓްގެ އިބުރަން މާހުރުން ހަދާގައިވާ އެދި ހ ޖޫތްސް، އަނބު އާދުން، ކާނުމާ އަހަރަކު ބަހާރު މޫސުމުގައި ހަދާ ފެއިރި ވެލިނަބް އިން ފެސް، އަދި އެދި ސުވާލުތަކުން ފެސް، އަރުގަނޑު ޕިނަށްތެރިކާނުގައި ހުއްޖެވެ

ތިން ބޮޑު މޫނެއް އެހާ ބޮޑަށް ބުނަން ދަތިއެވެ. އިތުރުކަމަކީ ތިބޯގެ ނަން ވިދާލާފައިވާ ބޮޑު ތިން ކޮކުގައި އަތްލާކަން އެއްވެސް ޗިހަކަން ނުކުރެވުނެވެ. އެންމެ ފަހުން ކަނޑާލާފައި ކުރެވިއްޖެ. މޫނުމަތީގައި ޕިސްޓަލުން ދިރާއި މާލާއި މާލާގެ ޖާގަ ބަރުދަނުނުނެވެ!



މުދަލުތަކުރިން ފެންނަނީ އަލިބޮލަގެ ކާއްކާ (ސިރަނޫޝް ބާބާޒަނިއަން) ކަމަނާއި، އޭނާގެ ކަނާލުފުރާތުގައި ފުރާވެސަރު ޝާމަވާނިއަން ފެންނައިރު ، ފަހަތުގައި ހުރީ ހައިކަނޫޝް ބޯލު ރާވަންނަސިއަން ކަމަނާވެ.

ބައްދަލުވުން ތާވަލުކޮށްފައިވަނީ ޖޫންޖޯބަރ 1971، 24ވަނަ ދުވަހުގެ 16:00ގައެވެ. ދެގަޑިއިރު ކުރިން އަހަރެން ކަލޭގެ ކާއްކާއަށް ގޮވާލި ފުރަތަމަ އަންނަ ފިހުން ކަލޭގެ މަންދޫބުއްގެ ގޮތުގައި އޭނާއާ އަތް ޖައްސާލުމަށްޓަކައެވެ. އެންމެ ފުރަތަމަވެސް ހުދު ޝަރަފުވެރި ފުރާވެސަރު ވަރަ ހިނގުމަށްވެވުމުން ދެއަތުން އަހަރެންގެ އަތުގައި ހިފާލުމުން ކަލޭގެ ކާއްކާއާ ވަރަށް އިޚްލާޞްތެރިކަމާއެކު ބައްދަލުކުރިއެވެ. އޭނާ ހިނދުކޮޅަކު ތެދުގައި ހުރެ ރޮ އިލްތަރަ ގެސްޓްހައުސަށް ޤާނޫނީ ރޮނގުން ފުރިހަމަ ސިޓީގެ ފުރާވެސަރުންނާއި ޝޯސްޓަރިންނާއި ޗީފްރޮން ފަދަ ފިހުން ކަމުން އެއްފަހަރާ ގާތްގަނޑަކަށް ސާލީސް ފަސް ފިހުން ވަދެގެން ދިޔައެވެ. އަހަރެން ސިއްޙަތުގެން ދިޔައީ، ހަމަ އެވަގުތު ޖެހ. އެންމެ ފުރަތަމަ އޭނާގެ ބަލިބަލާގެ ވާހަކަ ދައްކަވައި، މި ބަލިބަލާން ސަލާމަތްވެވޭއިރުގައިވެސް ތިއޭބާފުޅުންނަށް ޝުކުރު ފާނުއްވައި، ތިމާއަށާއި ސިއްހަތަށް ހެޔޮއެދުންތައް އެދިވަޑައިގެންނެވިއެވެ.

ދެން ދިރިތިބި ހުރިހާ ފިހުން އެއްބަރަކު އަނެއް ބަރަކަށް ތަގުދީރުކޮށް މާތީގެ ބަލިބަލާއި މަޤާމުގެ ސިއްހަތާ ބޭނުތ ތަފުސީލީ ބަޔާނެއް ދިނެވެ. ފުރާވެސަރު މަޖަމަޖެހުން އިހްސާސްވެގެން ރަނގަޅަކަށް އަޑުއަހަން ފެށި ބޮލުތަކުގައި ނަޑުވެދޭ ހަދަމުން ދިޔައެވެ. ގިނަ މަހާމުންނަށް އޭނާ ނާނބެނުން އިރު، އޭނާ ތެދުވެ ތިއާރަފު ކުރުމުން ދިރިތިބި ކާ ފިހުންގެ ރިޝްތަކަށް ނިމުމުން،

އަންހެނުން އިރިނދަށް ހިމޭނުން އަޑުއަހަން ފެށިއެވެ. އޭނާގެ ނިޔަތްތާއި ޚާވުންތަކުގެ ވާހަކަ މަޑުމަޑުން ދައްކަން ފެށިއެވެ.



ލޮނިވާސިޓީގެ ފްރޮފެސަރުންގެ ތެރެއިން އެކަކު ހުވަނުސިއަންގެ ސިޓީ ކިޔައެވެ. ޑރ.އަބާޒިއަން އޭނާގެ ކަސާތުވާރާތުގައި އިރިނދުގެންނެވެ.

އޭނާ ބުނީ "ހުވަނުސިއަން އަކީ ހަމީގަތުގައި ވެސް ވާދު މަސައްކަތެއް. ތާރީހުއް" ކަމަށެވެ

ދައްކާ ގޮތުގައި ޔަނަ މަޝްހޫރު ސައިންސްވެރިން އައި އާދައިގެ މީހުންގެ ފިކުރުތަކާއި ދޭތެރޭގައި ފަރަގެއް ހުރެއެވެ؛ ހުވަނޫޝިއަން އަކީ ޖާދޫގަރެއް ނޫން

ނަމަވެސް އޭނާގެ މި ހުނަރުއަކީ އޭނާ ޖާދޫގަރުންގެ މައްޗަށް ކުރެވޭ ހުރި ސައިންސްވެރިއަކަށް ވުރެ ހައްދު ދީބިފަށްވެއެވެ.

ދުނިޔަރަށް ތިބި ނަމަވެސް ހަޤީގަތެއް އޭނާ ކުރިއްޔާބޭ ވުމެވެ. ތިޔަ ހުރިހާ ބާރުގަދަކަން ވިޔާކުރެއްވުމަށް، ނަކަތުކާރެއް ނަމަވެސް މި

ބަސްފުޅުތައް ތިޔަބައިމީހުންގެ ކިބައިގައި އޮބަހައްޓާށެވެ. އާބާދީއަށް އިންތިޒާމުކަން، ދިރިތިބި ހުރިހާ މީހުންގެ ތެރޭގައި ސިހުރުވެރިކަމުގެ

ނަގައި، ކުރިން އުޅުނުހަނަން ދިމާވި ބަލިތަކާއި މިހާރު އުޅުނުންގެ ހާލަތަކީ ކާބައިކަން ކަނޑައެޅިގެން، މި ދިޔަލިޔުންތަށް

އަޑުގަނޑުގެނަށް ފުރުޞަތުދީނަށް ޖެހޭނެ". އޭނާގެ ހުނަރުތަކުގެއިވާ ގޮތުން 15ވީހުންގެ ކާމިޔާއެއް ހުރި، އަދި އަޑުގަނޑުގެ ނަންބަރު

އޮގައި ތަޖުރިބާވެފައި އޮތުމުން އަޑުގަނޑުތަން ނިންމީ ކޮންމެ ދިން މަހަކުން އެއްފަހަރު މިފަދަ ބައްދަލުވުމެއް އެކުލަވާލުމަށެވެ.

ޕްރޮފެސަރު ބޮނީ ރެ ޓީވަން ސަންޓްރިއަލްގެ ގާއިމް ކުރަން ވިސްނާފައިވާ ކަމަށާއި، ރެ ޓީވަން ރަސްޓްރަންޓް ގާއިމް

ކުރުމުގެ ވާހަކަ ވެސް ދައްކާ ކަމަށެވެ.

ނިންމާލުމުން، ޕްރޮފެސަރުގެ އަދުރުގެ މަތިން، ތިޔަބޭފުޅުންގެ ސިޓީތަކުގެ، އިންޓަރ ސަރުކާރުގެ ސިޓީގެ، އާދެ...

އަދުގަނޑު "އެވަންގާޑް" އަށް ޖިއޮގްރަފީ ސިޓީ، އަދި އޭޝިއަން އާއި މަގްރިބަންގެ ސިޓީގެ ސިޓީއެވެ. އޭނާ ވަރަށް އުފާވާށެވެ ހުރިހާ
ސެޓެއް އެހެނިހެން ކުލުންތަކާ ކަމެއްގެ ތަރުޖަމާކުރުމަށް ގޮތަކާ ސަލާމަތްކުރެއްވެ. އަހަރެންގެ އަތޮޅެއް ހުރި ސެޓެއް ފްލޮތަކުގެ ދިހަ
ކޮޕީ މެހުމާނުންނަށް ބަހާލީމެވެ. މިއީ އަދުގަނޑު ފޮނުވި އެއް ވަރަށް ނުން، މިއީ މުޅިން އަޅު އަދި ފުރިހަމަ ވަރަށް ބޮޑުތަކެވެ.

މި ބައްދަލުވުން ކުރިއަށް ދިޔައީ މެންދުރު 16:00 އިން 21:00 އަށެވެ. ފުރަން ދިޔައިރު ފުރޮޓޯކޯލު އޭނާގެ އެއް ކޮޓަ
އަހަންނަށް އަދި އަނެއް ކޮޓަ ސިޓީފޯރުއަން ދިޔައީ އަބަދުވެސް އޭނާއާ ގުޅިގެން ތިބެމަށް އެދުނެވެ. އޭނާ ސިޓީފޯރުއަން ވިދާޅުވި
"އަހަރެން ވަރަށް އެދުނީ ކަލާގެ ބަބަޔާ ބައްދަލުކޮށް، މަޑުވަރުގޮތް، ގުޅިގެން އަވަހަށް މަސްޖިދަށް ވާސިލްވުމަށް ފައިދާހުރި ފުރޮޓޯކޯލް
ތަޢާރަފުކުރަން. ރާއްޖެއިން ބަރަށް ދަތުރުކުރުމުގެ ހުރަ ހުރިމަތީ އުނދަގޫ ކަމެއް؛ ބަބައަށް ޗިއަޓާ، ފަހަރެއްގައި އޭނާގެ ނުފޫޒު
ބޭނުންކުރެވިދާނެ." ދައުލަތުގެ ތަޢާރަފު ކުރުމަށް"

ފުރޮޓޮކޯލުގެ އެޑްރެސް: ޔީވާން މާމްބޯ ޝިމަލާނިއަން , ޖުލައިއަން ނަނބަރު ،17ޑިސެމްބަރ."

ހައިކަރޫޝް ޓެރަ ހާވަން ނުސިއަން، 10އަހަރަށްވުރެއަން ސައިނބް އެރަވާން.

ދިވެހި ސަރުކާރުގެ ސިޓީ:

އިންޑިއާގެ އިންޓަނޭޝަނަލް ސާވިސް -ޖީއެސް ކަންވަރު

ބެހެރާން، ޖަނަވަރީ ،1971 ،4އެމްބަސީ އޮފް އިންޑިއާ. ފުރަސް އެސޯސިއޭޓް

"އަދުގަނޑުމެންނަށް އަންގާފައިވާ ގޮތަށް، "ރޭ-ޕީޖީން" ގެ ނަމުގައި ފޮތެއް ޝާއިއު ކުރައްވައިފި އެވެ. ނޫސް ޔިއުރުގެ
ކުރިއެރުމާއި ތަރައްޤީއާ ބެހޭ ދިރާސާތަކެއް ހިންގާ ނޫސް ޔިއުރު އަށް އިންޑިއާ ސަރުކާރުން ނިންމުމެއްތަކެއް ނިންމާ ކާމިޔާބު
ކަސްބަކަށްވާއިރުވާކަން ތިޔަބޭފުޅުންނަށް އަންގަވައިފާނަމެވެ.

ތިޔަބޭފުޅުންގެ ފޮތް މި ކާމިޔާބު ދިރާއިވަނީ، އެ ކާމިޔާބު އުކަން ދެންގަނޑަށް، އެއީ ރަނގަޅު މަސައްކަތެއްކަން ވާނެ ކަމަށް ހީކުރެވެން.
އެހެންކަމުން އިންޑިއާގެ ހެވާތު އަންނެ ޖޫރީމު ފުރުޔަށްބައިން މިނިސްޓްރީން ވިސްނަނީ މި ބާޒާ ފޮތް އަދުހެތުބާރަކުން (އުކަށި ޖަސް ރަށްފޮ)
ވިއްކައިގެން ބަހުމަން. މި ޖައްޔިކޯޗެން ވިއްކައިގެން އެމުހުންނަން ފައިދާއެއް ނުލިބޭނެ.

އަދުގަނޑުމެން ވަރަށް ބޭނުން ޝުކުރުވެރިވާނަން، އާގޮތުރަކާއިކު ހުއްދަ ދެއްވައިފިނަމަ
އިންޑިއާ ސަރުކާރުން މިފޮތް އިނގިރޭސި ބަހުން އަދި ފްރާންސް އެހެން ބާރަ ބަހަކުން ޝާއިއު ކުރުމަން.

އަދި ހަމައެހެންމެ، މިފޮތް އަޖުމާޒު ކުރުވިފައިވާކަން އަންގަވައިދެއްވުން އެދެމެވެ
1967ވަނަ އަހަރުގެ އެޕްރީލްގައެވެ. ނުވަތަ ކައިރި މުސްތަޤްބަލުގައި ބަދަލު ކުރަން ބޭނުން ހެއްދެވޭ؟

އެހެންކަމުން އިންޑިއާގައި މި ފޮތް ޝާއިއުކުރެވުނު ގޮތް ހުރުމަށް ބޭނުންވާ ހުއްދަ ލިބިއްޖެނަމަ އަޅުގަނޑުމެން
ޝުކުރުވެރިވާނަން."

ޗިއުސް ކަންވަރު އެވެ.

އެއީ 1964ވަނަ އަހަރު މަހާތްމާ ގާންދީ އުފެއްދެވި އިންޑިއާގައި އޮންނަ ހަރަކާތްތެރި ސިޔާސީ މުއައްސަސާ އެވެ. އެމީހުން ގަވާއިދުން އަހަރެންގެ ފޮތްތަކާއި ބެލުމެންތައް އިންޑިއާގައި ބަހާލައެވެ. ދިވެހިރާއްޖޭގެ ހޯލްތު މިނިސްޓްރީއަށް އަޅުގަނޑުގެ ފޮތް ތަރުޖަމާކޮށްދިނުމުގައިވެސް މި މުއައްސަސާއިންނެވެ. އެ މުއައްސަސާގެ ޖަލްސާތަކަށް އަޅުގަނޑަށް ދިޔުމަށް ސިޓީތަކުގެ ބައެއް ބައިވަރު ތިރީގައި މިވަނީއެވެ.

"މިގެ ފަސް އަހަރު ކުރިން ބޮޑުޖެހުން ފެށިގެންދިޔަ އަސްލު މެޑިސިންގެ އިލްމުގެ ވާހަކަ ކިޔާދީ، އެކަމަކު އަޅުގަނޑު މާބޮޑު ސަމާލުކަމެއް ނުދިން، ކިތަންމެ ހުރިހާ ނޫސްތަކެއް ނުކުމެ؛ މިހެން މައްސަލަ ހަމައެކަނި އެތަނުގައި ސަރުކާރުގެ ހިންގާ ދުސްތޫރުގެ އެންމެ ބޮޑު ބަދަލު އަޅުގަނޑުމެންނަށް ބިން ހަމަވާ ވަޔަން ހުޅުވާލަދީ ވަރަށް ބޮޑު ވާހަކަ ދެއްކި." އޭގެ ފަހުން ކޮންމެ ކަމަކާމެދު ނުކުމެ ގެނެސްދިނީ އެއްގޮތަކަށް އެކުރޭ ހުރިހާ ކަމަކު އެހެން ކަމަކު ނުވަތަ ކޮމްޕިއުޓަރު ހިއްސާ ކުރެވިދާނެ؟ އެއްބަސް ވުން އިންސްޓިޓިއުޓް ގެންދިޔު އުފެއްދުމަށް އިންސްޓިޓިއުޓް ކަމަށް، އެމެރިކާގެ ރައްޔިތުން އެކި ދާދި އަހަރުތަކުގައި ދިމަ އަހަރު ދުވަހު އެތަނުގައި މަސައްކަތް ކުރުމުގެ ނަތީޖާ އަޅުގަނޑުމެން ލިބޭނީ ކަމަށެވެ.

ނާޒާ ޔާއު ސޮންބަރ، އުރުދޫ- ކަންނަޑަން، އިންޑިއާ

އިސްރާއީލް ޕީޓަން ޓޯސަސްޓީގެ ރަޔީސް، "ނާޒާ އަންޑް" ގެ ލީޑް އެޑިޓަރ...
ހެލްތު" މަޖައްލާ:

"މިއަދު ފޮނުއްވި ބުލެޓިންތަކަށް ވަރަށް ބޮޑަށް ޝުކުރިއްޔާ. އަޅުގަނޑުމެން މަސައްކަތް ކުރަނީ އެ ބުލެޓިންތައް ހެދުން." އެތަކެތި އެންމެ ބޭނުންކުރަން ބޭނުންވާ މީހުންނަށް. އަޅުގަނޑުމެން މިހާތަނަށް ތިޔަބޭފުޅުންގެ ފޮތްތަކުގެ ސަބުކާ ގެންގޮސް ވިއްކާފައި އެބަހުރި؛ އާބާދީގެ ޒިނާ ބަރަކާތް އިސްލާމިކް ބަސް ނާސިރުގެ ކަނަ ގަޑުވެރިކަމުގައި އާއި ޒިނަ ފޮތް ވިއްކުމުގެ ހަރަކާތްތަކުގައި ފަސް ވަރަން ބޮޑު ކާމިޔާބީއެއްކަމެވެ. އަޅުގަނޑު ފޮނުވަނީ "ނާޒާ އަންޑް ހެލްތު" (ޖަވާ އެބްރިއުޓް) މަޖައްލާގެ ކޮޕީތައް، އެޔާއި ހަ އަހަރުގެ އަނގައިތުގެ ރިޕޯ ފޮޓޯ ފަސް ޑޮކްޓަރުތައްކުރިވާ އެވެ. މިހާރު އަހަރެން މި ތައްޔާރު ކުރަނީ އުފުރާން ބާރަ އަހަރުގެ އަނގައިތުގެ ފޮޓޯއަކާއެކު ފްރީންޓް ކުރަން ފެށުމަށް."

ޑާކްޓަރ ޑެރެބްއިސް، 10ހަބޭނާ ސައިންޓް ނަވާ އޯޓް. އިސްރާއީލުންނަވ

މި ޖުލައިރަޔާ ޕްރިޒީޝް ފޮޓޯފިއަން ޓޯސަސްޓީގެ ރަޔީސް، އާނާ...
ވަންޖެހެގައި ޑްރަކްޒިސް އަދި އާސަނަމިރު، އަހަރެންގެ ފޮތް ކިޔުމަށްފަހު، އާނާ ހުރި...

ގަބޫލުކުރެން އަހަރެންގެ އެޕްރެސް އޭނާގެ ބަލިމީހުންނަށް ދިފައި ނޫ ކާއުމުގެ ފޯރި ލިބުނުއެވެ. މިކަން ސާބިތުކުރުންނޫނީ ބިރުގަތުމާ ސިޓީނުންނުވެ.

"އަހަރެން ކަލޭގެ ފޯރި ކިޔާލީ ރޯ ފޫރުމާ ބަހަ ގޮތުން. އަހަރެންގެ ކެންސަރަށް ފަރުވާ ދިނުމަކަށް ޖެހި. މަޑު ރޯ ފޫރު ޖެހިބެއް ލިބުނީ. އެއިން ފޯރި އޭޖަރު ކުރަފާތް ކަލޭގެ އެޕްރެސް ނިސޭ. މަޑިލް މެދުފިރިކޮން ދިނަ ޖޯޖަރު ފޮނުވާނަން އަދި ބިން ފޯރުމް ފޮނުއްވާނަން." އަދި ހަ ބުލުބިން."

މިސިސް ކެމްޕްބެލް މޫޓީ، 31ވިންޓަން ގާޑަން، ވަންޓަން، ޑަބްލިއު 2

މިސިސް ވެރާ ސްޓެންލީ އަށްޓަރ:

"ފޯބިވިޕީ ޝަރަފުވެރި އެކުވެރިޔާ، އަހަރެން ފެހެވާތީރިކާމުކު ކަލޭގެ ފޯރު ދެފަހަރު ކިޔާލުމުން އެކަން އިހުސާސް ކުރެވުނެވެ." މި ފޯރުން އިންސާނިއްޔަތަށް އާ ޖަމާނާއް ފެނާނު އެވެ. އެންމެ ފަހުން ދުނިޔޭގައި އާންމު ދިރުމެއް އުފެދިގެން ދިއުމަށްބަލައި މިފޯރު މީހުންގެ ލޯތުގެ ކުރިމަތީގައި ބެހެއްޓުމަކީ ވަރަށް މުހިންމު ކަމެކެވެ. ޖިނާއި މިހާތަނަށް އަދުގަނޑު ކިޔާފައިވާ ފޯރުތަކަށް ކިޔާފައިވާ ހުރިހާ ނިއުޓްރިޝަނިސްޓުންނަށްވުރެ ސާދާ ފެރިހަމަ ހަމީގަތް ދެންގޮނޑުން، އެކަން ރަނގަޅަށް ކިޔައިދިނުމަށް ކެޔޮދާނަ ޖީނިއަސްއަކެވެ.

އަހަރުތަކެއް ވަންދެން އަދުގަނޑު މީހުންނަށް ބޭރުއަޅުވަން އައީ އިންސާނާއަށް ގޯވާ ކާ މީހެއް ކަމަށާއި މިއީ ދުނިޔޭގެ މައްސަލަތަކެއް ހައްލުވާ ނުބެ ދުނިޔޭގެ އުފެދިގެންދާނެ ގޮތެވެ. ޖިބާގެ މޯބް ("ނާކައުކާ") އިން ހެދިފާ ސަބަބުތަކެއް، ފިޔަވަޅުތަކެއް، މޯރާލިޝަންތަކެއް ނައްތާލަނީ، ސާދާ އަދި އަސާސީ ތަރުޖަމާކުރުން. މިހާރަކަން ވާހަކަ ދައްކާފައިވާ ތަފާސްހިސާބުތަކާއި މިނޫނުވެސް ކަންތައްތައް ނައްތާލައި، އެ ތަފާސްހިސާބުތަކުގެ ބަދަލުގައި ހަމަ ސިއްހަތާއި އުފާވެރިކަން ތަރައްޤީވާނަން ފެށުމަށް ދައްކާފައެވެ.

ކަލޭގެ ހޯދުން ފަދައިން ކަރަންޓް ހޯދުމަކީ ވެސް ޖީނިއަސްއެއްގެ މަސައްކަތެއް ކަމަށާއި، ފަހަރެއްގައި ތިމާއަށް ވިސްނޭ މީހުންނަކީ ވެސް ޖީނިއަސް ކަމެއް ވެދާނެ ކަމެވެ.

ތިޔަބޭފުޅުންގެ ފޯރު މަޝްހޫރު ކުރުމަށްޓަކައި ކުރެވުނު އާރު ހޯދުމަކަށް އެއް ކޮޅަކުން ރުޅިއައީ ރުޅިއަރާފައެވެ؛ އަދުގަނޑު މިހާރު މިދަނީ ފޯރުމް އެޖެންސީން، އެހެން ފޯރުމް ލިޔެ، ދަރުސް ދިނުމުގެ. މިކަންކަން ކުރުން ދުވަސްތަކެއް ވާ ކުރު. މިހާރު ދުނިޔޭގެ ހާލަތު ސިޔާސަތު ނަމަވެސް އަހަރެންނާއި އަހަރެންގެ ޒުރިޔާއަށް ހިތްވަރު ލިބެނީ، ތިބާއާއި ތިބާގެ މަސައްކަތާއި ތިބާގެ ކާމިޔާބީ އަދިވެސް މިދުނިޔޭގައި އޮތްކަން އެނގުމުގެ ގޮތުންނެވެ. އަދުގަނޑުމެން ތިޔަބޭފުޅުންނާ ވަރަށް ގާތްކަން ގަބޫލުކުރައްވާނެ އެދެމެވެ.

އަދުގަނޑު ފޯނުކޮށް އަދުގަނޑުގެ އެއް ފޯރުވެ. "އަހަރެމެން ފިލަން ވެގެން އުޅޭތާ އަހަރުތަކެއް ވެއްޖެ، ދުނިޔޭގެ އިސްތިއުމާރު ނިޒާމާ އަދި ބަނޑުޖެހޭ ވެސް ނުބޭ، އަދި މިހާރު އަހަރެންނާއި އަހަރެންގެ ޒުރިޔާ ތިޔަ އުސޫލު ބޭނުން ކުރަމުން މިދަނީ."

«ވޯޓާ ޔުނިއަން ފާމްޝިޕް» 8ފަސްޓް އެވެނިއު، ވަންޓަން.

«ESSENCE OF HEALTH»އަންގެ މަޖީ ހެލްތު އެންޓި ލައިފް ލީ ޕަބްލިޝަރުން:

އޯގަސްޓް: 29، 1968

"އަހަރެންނަށް ކަލޭގެ ފޮތް ލިބުނީ. ހަމައެކަނި މި ފޮތަކީ މާލު ފޮތެއް ކަމަށް އަހަރެންނަށް ފެންނަނީ ނޫން، އެކަމަކު އެއީ އަހަރެންގެ ފިކުރުތަކާއި އަމަލުތަކާއި ލިޔުންތަކާ ވަރަށް ފުރިހަމައަށް ގުޅޭ އެއްޗެކެވެ. މިހާރު އަޅުގަނޑުމެން މި ނަރުހީ "ESSENCE OF HEALTH"ގެ ނަމުގައި މަޖައްލާއެއް ވާނެއެވެ. މި މަޖައްލާ ޝާއިއުކުރުމާއި އަޅުގަނޑުގެ އަމިއްލަ ފޮތްތަކުގެ އިތުރުން އަޅުގަނޑު ލިޔުއްވުން ބޭނުންވަނީ، ރައްކާތެރިކަމުގެ ރަނގަޅު ގޮތް ދައްކައިދޭ ބޭރުގެ ފޮތްތަކެވެ. މިކަމަށްޓަކައި ލިޔުންތެރިންގެ ފޮތް އަޅުގަނޑުގެ ފޮތްތަކުގެ ތަރުޖަމާގައި ހިމެނުމަށް ޖަރީދާގައި ނޫސްވެރިކަން ދެކޮށް، އެހެންކަމުން ހުރިހާ ޒުވާނުންގެ ޝަރުތުތަކާ ބައްދަލުވުން އަޅުގަނޑުމެން އަންގަވައިދެއްވުން އެދެމެވެ."

ޖުލައި: 24، 1968

"އަޅުގަނޑު އުފާކުރަނީ ފަންސާސް ވަރުއްޓަށް ކޮށް ފުރޭ ފޮތްތަކަށް 82.5 ޑޮލަރުގެ ޗެކެއް ފޮނުވުމުން. ފޮތް ޗެކް ކުރުމުގެ ހައްޤު އަޅުގަނޑުމެންނަށް ދޭން ތައްޔާރަށް ވީމަ ނަމަ އަޅުގަނޑުމެން އުފާވެއްޖެ ބަލައިގަންނާނަން. ޝާއިއު ކުރުމަށް ހުރިހާ ވަސީލަތްތަކެއް އަޅުގަނޑުމެންގެ އަތުގައި އެބަހުރި."

ފާނީ ،2821 ޖެރަބަން، ދިލީން އިންޑިއާ.

ދައުލަތުގެ ބަރަކާ ލިޔުން:

"މި ސިޓީ ލިބުމުން ހައިރާންވާން؛ ގަބޫލުކުރައްވާ، ތިޔަބޭފުޅުންގެ ފޮތް ފެނުމުން، މި އިންސްޓިޓިއުޓްގެ ޖެނެރަލް ބޯޑުގެ ބޭފުޅުން ހުރިހާ ގޮތްބަދަލުކުރުމުގެ ވަސީލަތް ފެންނަނީ އަސާސީ ތަކެތި ނުހިމެނޭ ނޫން، މުޅިން ތަރުޖަމާ ހަމައެކަނި ބޭ ކާމިޔާބު ބޮޑުވުން އާބާދީ ސަރުކާރު ކުރެވޭނީ." ހުރިހާ ބަލިތަކުގެ އަޅުގަނޑުމެންގެ މުޖުތަމަޢު ޖަމީޢިއްޔާ ބޭނުމެއް ވިސްނާލައްވައި، އިންޑިއާގައި ބޭ ފޮތް ދުވަސްވަރު އިންޑިއާ ރަށްރަށުގެ ޖަމާޢަތެއް ނިސްބަތްވާ ސަރުކާރު، މިފަދަ ބޭފުޅުންގެ ފޮތް އިސްލާމީ ރޫހު ހިފެހެއްޓި ބޭނުމެއް ވާ ކުރިން ލިޔުނުމުގެ ހަމަ ހިފެހެއްޓުމަށް ފަރުވާ ދިނުމަކީ، ފުރަތަމަ ފަހަރަށް ދިރާސާ ކުރި ބަލި ބަޔަކު ވެސް ހުއްޓުމުގެ ޝައްކު ބާކީ ނެތް އިންސާނުންގެ އަސްލު ގުޅުން ހިމެނޭ ހަދިޔާއެކެވެ، ބައްޕާފުޅުގެ ހަމަ ބޭނުމަށް ގޮތް އޮތް ބިމާއެއް މުޅި ޤައުމުގެ ހަމަ ދިރިއުޅުމުގެ އަޅުގަނޑުމެން ނިސްބަތް ރޫޙާނީ ބޯޅަތަކުގެ ހަމަ ޝާއިއުކުރާނެ ބައެއް ސަރުކާރު ތިޔަބޭފުޅުންގެ ދެކެވިއްޖެ.

އަޅުގަނޑުމެންނަށް އެނގޭ މިއަދުގެ ފޮތްސަފުޙާގައި ޖާމިޢާ މަސްއޫލިއްޔަތުގެ ގޮތުން އިދާރާތު ފަރާތްތަކަށް ޖިޔާބުކަން، އެކަމަކު އިންޑިޔާ ފަރު އާބާދީގެ ބޭނުން ބައެއް ފަހިކޮށް ބަލަހައްޓާއި ބަލައިގަނެވޭ ގައުމުގެ ތަކަށް ކާމިޔާބު އެކަށީގެންވާ ބޭނުންވާ ރަށް، އެކަން މިއަދު އިންސާނުންނަށް އޮތް ނިޒާމްގެ މުޅިން ކާމިޔާބު ކާމިޔާބު އާދައިގެ ޖަވާބު ކަމަށް ދައުލަތް ލިބި، ސަރުކާރު ވެރިކަން ލިބެއެވެ.
"ފަހުން ކަލޭގެ ފޮތް އަންނަ އިރު."

ޝާއިރުކަން ނަތީޖާ ހާސިލްވެވުން އާއިލާއާއެކު ވިސްނެއާއަށް އައިސް ނަތީޖާ އަމިއްލަ ފޮލުން ބަލާލުމަށް ދަރުވަތު ފުށުވާނަން."

ކުރިޝަން މޫސާ، ނަޢިބު ރައީސް ޖެރ. -17ބ، އަސަދު އަލީ ރ. ނިއުރިއްޔާމަފް

އިންޖިއާ އުމްބަސިލުން ސިލީ ލިބުމުން އަދުވަސްޖެ ނިންމި އަނުއްކާވެސް މަސައްކަތްކޮށްދެން، މީ ކާމިޔާބީގެ ވާހަކަ އަދުވަސްޖެހުމުގެ ރޭއްޗެގެ ކަމާބެހޭ ފެށުމުތަކަށް އަންގަން. ފެށުމަކަ މުޅައްމަދުރަޝީދު ޝާހް ފުދުލާވިއަށް ތިރީގައިވާ ސިޓީ ލިޔުއްވައި، ފާރިސީ، އިނގިރޭސި އަދި އަރަބިނިއާގެ ފޮތްތަކުގެ ޖަލްސާއައް އިމުފުރިއަލް އަޔުމަން އުޖޫރަތްކަށްދިމަފް.

ދެ ސިޓީ:

"ފެށުމަކަ ތަޖުއްވެރު ކުރަން ދަރިވަރުން އިންތިޒާމަށް އުފާވެރި ހަބަރު ގެނެސްދިނުމަކީ އަދުވަސްޖެ ފަހުރުވެރިވާ ކަމެއް."

އަދުވަސްޖެގެ ތިރީސް އަހަރުގެ މަސައްކަތާއި ދިރާސާތަކާއި ތަޖުރިބާތަކުގެ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން މިއަދު ކަސްޖެހުނުގެން ސާމިތުވެފައިވާ ހުރި ބަޔަކަށްގެ ސަބަބުތަކާއި ކަމެއް ކާނާއާއި ކުރިކުރުތަކާއި އެހެނިހެން މަރުވެފައިވާ މާއްދާތަށް ކުއްމުން ނޫނީ ނަމަވެސް ހިނގަނޖަނ ވައްދާ އެއްޓަރި ކަމެވެ. މިކަން އަހަރުނަން ދަލިލު މަޝްހޫރު ޖޫރިބުން "އަޒްކުރީވް" ބާޒާރު "ފޯރީޒުއިން" ކާނާ ތިޔާރުކުރުމުގެ ސަބަބުން އަހަރުންގެ ފޯރީވާ ދެ ދަރިން، އެކަކު އުމުރުން ދުވަ އަހަރުގައި އަދި އަނެއް ދަރިން އުމުރުން ސަތާރަ އަހަރުގައި ގެއްލުމުންނެވެ. އަދުވަސްޖެ އަރުމިނިއާ ބަހުން ތިޔާރުވާ ބަޔާނެ ފާހަގައް 1960ވަނަ އަހަރު ޖަރުމަނަށް ޝާއިޢުކުރިއިރު، ދުނަ 1963ވަނަ އަހަރު އަދުވަސްޖެގެ ފުރަސަ ޤައުމީ އަންހެނުން/ފިރިހެނުންނަށް އެކަނި އަންހެނުންގެ ތާރީޚުގެ ވަގުތީ ގާރަން ފުރަސަ ބަހުން ކުޑަ ފޮތެއްގެ ހަމައެއް ޝާއިޢުކުރިމެވެ. މިދުނިޔޭ ފެނޭ ފޯހަގަކުރުމީ މީހުންބަރު އަޑު ކަމެއް އެންޖެ ޢާޖަލް އަރުވާސިލް ފަރުގާބޭ އެވެ. އަދުވަސްޖެހަން ތިޖެ ފުށުއްވައި އެތަށް ބައްދަލުވުންތަކަކަށްފަހު ޖެރ.

ދެއް ވަގުން އެންޖެ ސަންގެ ސަލްތަނަތް ޖަހާނާފް އައްބާސް ނަފީސީ އެވެ. އަލްފާސިލް ޖެރ. ޖައްބާސް ނަފީސީ އާއި ހަޔާ ދަނި ދެނަރަނިޓާ ހާސިލްދައިއުގެ ވަރިޒާ ޖެރ. ތާ ކާނާއާ ބޯހ އިބްނު ސީނާއާ ތަހުގީގުތަކުގެ ބާބުމުގަނޑުގެ އެމުން އަދުވަސްޖެހަން ތަޢާރުފްކޮށްދިނުން ފުރިހަމަ ކުރިމަތިވާ ގޮތަކަށް ކުރެވުނު އެއްބަސްވުމެއް. ހިފާމަދަލް، އެތަންގައި އަދުވަސްޖެހަން ބައެއް ދަތިތަކެއް ކުރިމަތިވި، ބައެއް ޖަޒުބާތުންނާއި މުވައްޒަފުން ކުރީގެ ދިރާސާ ޒިޔާރަތްތަކުން ވަކިކޮށް، އުމުރުގެ ޒިޔާރަތަށް އާ ޒިޔާރަތްތަކަށް އަހަރުތަކުރިއަށް ޖެހުނުން، އެހެންކަމުން، މަސައްކަތް ފަސޭހަކުރުމުގެ ސަބަބުން، އަދުވަސްޖެގެ މަސައްކަތުގެ ނަތީޖާއެއް ނުލިބި، ވަގުތީ ގޮތުން އެކަން ދުރުކޮށްލެވުމަށް މަޖުބޫރު އެވެ. ހަމަގައިމުވެސް މީލު

ރިޕޯޓުގައި، ޒުއްބަކާރުން އެމީހުންގެ ގޮސް ކައުމުގެ އާދަތަކުގެ ސަބަބުން ކުރާ ގެއްލުންތައް އަހަރެން ފަހަރު ގޮތުން ބަލާލައި ފާޅުއެވެ.

އަސާސީ ގޮތުން މިދަންނަވާ މުއައްސަސާތަކުގެ އެޑްމިނިސްޓްރޭޓަރުންގެ އިތުރުން ހުރިހާ ޑޮކްޓަރުންނާއި ޖަރުމަނުވެފައިވާ ކާނާގެ ހައިޖީ އަސާސަތަކުން ސަލާމަތުކަން ނުލިބި ހަމައެކަނި ކައްކާފައި ހުންނަ އަދި މުދިންމު ނޫނު ކާނާ ހުރިހާ ބަލިމީހުންނަށް ކާނާދިނުމަށް ޑޮކްޓަރުން ވަކިން ބަޔާން ނުކުރާ ހިނދު 100%އެވެ. އަލުގަނޑުގެ އަމިއްލަ ގެއްލުމުގައި ކާމިޔާބީ ނުލިބުނު ނަމަވެސް، އަލުގަނޑުގެ ޒިންމާތައް ބެލުމުގެ ސައިންސްފިޔަންސަން ފާލުކަރަން ނިންމީ، ފަހަރުއްގައި މިޑީތަން އަލުގަނޑުގެ ވަޒަންގައި އަލުގަނޑުގެ ޖުލާހަން ތަޢުލީމުކަން ސަމުރަ އަދި އިންކާރު ނުކުރާވާ ހުކުމަށް ހުރައިދިނުމަށެވެ. މިހާރު ވަގުތު އައިސްފައިވާތީ، ޝާހާއި މީހުންގެ ހުރު އިންޑިޕެންޑަންޓް ދިނިދެއްކެން ނިޔަތް ދަށުއްޔާއިވާ ތިޔަބޭފުޅުންނަށް މި ދެހިނދު މައްޗުގައި ފުރުކާންދިނުމަށް އަލުގަނޑުގެ މަތް ފާޑުކުރެއް ކަމަށް އަލުގަނޑަށް އިޢުލާން ކުރަފައެވެ.

އަލުގަނޑުގެ އިނގިރޭސި ފޮތް ފުރަތަމަ ޗާޕްކޮށް ޝާއިއުކޮށްފައިވަނީ 1963ވަނަ އަހަރު ކަމަނާއި، އެ ފޮތް ވިޔަފާރިވާ ކަމަށެވެ. ދެން، 1965ވަނަ އަހަރު، އަލުގަނޑު ދެވަނަ ފޮތް އަރުމީނިއާ ބަހުން ޝާއިއުކުރި، އޭގެ ދެ އަހަރު ފަހުން، ހަމަ އެ ފޮތް އިނގިރޭސި ބަހުން ތަރުޖަމާކުރި، އެއީން ކާނުގެ ފޮތައް އަލުގަނޑު ތިޔަބޭފުޅުންނަށް ފޮނުވައިދީން. މިފޮތްތަކުގެ ދިރާސާ ޖަލްސާއާއި ގޮތްގަނޑުކަން ބައި މިލިއަން ހިލޭ ޕީޑީއެފް ބޭނު ޒައުމުތަކުގެ ސިޔާސީ ބޭފުޅުންނަށް، ނޫސްތަކަށާއި، މުއައްސަސާތަކަށް، ދުނިޔެއަށްސިޓީތަކަށް، ފަދަ ތަންތަނުން އަލުގަނޑުގެ އަމިއްލަ ވަސީލަތްތަކާއި ވަސީލަތްތަކުން ފޮނުވިއެވެ. މިއަހަރު އަނެއްކާވެސް އަލުގަނޑު އަރުމީނިއާ ބަހުން ދިރާސާ ޖުމްލުގެ ކޮޕީތަށް، މީހުންނަށް ހިލޭ ފްރީކޮށް ދިނުމަށެވެ. މި ހަރަކާތްތަކުގެ ނަތީޖާއަކަށް މިއަދު ދުނިޔޭގެ ޒައުމުތަކުގައި ޒުއްބަކާރުން އަނގަރާ، އިންޓަނެޓްގައި ދެ-ވިޔަން ވައްކަޅުއަށް މީހުން ތިބި ކަމާއި، އޭގެ ތެރެއިން ގިނައީ ޑޮކްޓަރުންނާ ގުޅޭ މާހިރުން ތިޔަބޭފުޅުން ބޭނުންވާ ކުރިއަށް ގެންދަނީ ފުރިހަމަ ސިޔާސަތުތަކެއް. އެމީހުންގެ ދަރާތުން އަލުގަނޑަށް އެތައް ހާސް ޝުކުރު ސިޓީއެއް ލިބެއެވެ. ގޮތުގަނޑަކަން ހުރިހާ ވިޔަސްނުސް އަދި ނުރަކުލުގެ ޑޮކްޓަރުންނާއި އަހުރީހުން ޑޮކްޓަރުތަކެއް ޕްރޮފެސަރުން ސާރބެއް ގުނޑާއި އެކަންކަމަށް ކޮންމެ ދުވަހަކު އަލުގަނޑު ފޮތް ޕާޓީތަކާއި ޕްރޮޖެކްޓްތަކަށް ފުޅާ ފަދަ ގަބޫލުކޮށް، ދެ ވިޔަނިޔަމާ ބޭނު ފުރިހަމަ ވިޔާނަ ބަލައިގަތީ ބޭނުމަށެވެ. ދެވަނަ ދުނިޔޭގެ ހުރިހާ ބަޔަކު ދެކަމެއް ބަލައިގަތީ އަލުގަނޑުގެ ބަހަށް ވަށައިގެން އިވުމެއް ދެ ވިޔަނަޑިއާ ޝާއިއުކުރުން، ސިޔާސީ އެކު ތައުލީމު ލިބިފައިވާ ނަމަވެސް އަލުގަނޑުގެ ފޮތް ޕްރޮޖެކްޓްތަކަށް ގެންދިއުމަށެވެ. ބީބީސީން އަލުގަނޑުގެ ފޮތް ޓީވީން ހުށަހަޅައި، އޭގެ ބައެއް ބައިތައް ބަލައިގަތުމަށް ކުޑަކުރުމަށް ފެށިއިރު؛ ދާރުވުމާ އަލްޖީރިޔާ ފަދަ ތަންތަނުގެ ޓީވީން ބައިވެރިވުން ޒުއްބަކާރުން އަލުގަނޑުގެ އެޑުރެސް "ފަރުވާ ނުލިބޭ" ބަލިމީހުންނަށް ދީ، ކިޔުމަށް ވަޒަންދިނެވެ

ރޯ ކެއުން ފޫޑުވެ. ނުރައްވާން އެކަށީގެ ބެކްޓީރިއާސްޓިން އަޅުގަނޑުގެ ޒިހާރާ ދިފާއުކާތުން ތާއީދު ކުރަނީ މަހުން މަހަށް ނަގާ "ސައިންސް އެންޑް ޓެކްނިކްސް" މަޖައްލާގައެވެ.

އަޅުގަނޑުގެ ބޭޒް ފޮތް އަރޑިނަރީ ބަހުން މިގެ ދިރަ އަހަރު ކުރިން ޝާއިޢު ކުރި ފަހުން، ދަ...
ނުރައްވާނގައި ރޯ ކާ މީހުންގެ އަދަދު އިތުރުވެއްޖެ އެވެ. އެކަކު އަނެކަކާ ގުޅުން ގާއިމްކޮށް ރޯ އިޙްސާނުގެ މައްސަލަ ބިޔާކޮށް ޕްރޮބްލަމާއި
އުޅުއްވާކުރަނިވެއް އިންތިޒާމް ކުރި އެވެ. މި ރޯ ފުޑު ކާ މީހުންގެ ތެރެއިން ޒިނަ ޗާކޮޓަރުން ވެސް ފުން އެވެ؛ ނުރައްވާން ދުނިޔާސްޕީގެ
ނިއުޓްރިޝަން ޖާމްބަހަކުގެ ފެށިއާ އަދި ޕްރޮފެސަރު ރޯ އިޙްސާނާ ބޭރު ލޯކަލްތަކުން އިންތިޒާމްކުރެއްވިއެވެ، މި ޖަރާސާތަކުގައި ބޭއްވި ބަދިތަކުން
ސަފާމަތްފުށިއާ މީހުން ދިރާސާކުރަން ދައްކާ އެވެ.

މިސާލަކަށް ޕްރޮފެސަރ ޖެނިޓިކް އިނގިރޭސި ޑރ. ޒަޔަން އަހުން އަންނަނީ ބޭރުން ކަމަށާއި އެއީ...
ހަތަރު އަހަރު ވަންދެން ހަރަކާތްތެރި ނޫވެ، ސަލާމަތ މަސް ދޫވަހު ރޯ ކާތީ ކުއްޅަން ފަހަރު ތިލޮވެ މީހާރު ހުރި ފޮރިހަމަ ސިއްރުރަމަށް ގެއްލުވިއެވެ.
އަނބުރާލާފަސް ޝައުގުވެރި މިސާލު: އަހަރެންގެ ގޮތުގައި މީހުންގެ ތަރިކާ ކަމެއްޖެ އެކަކު ކަމަކާ އުމުރުން އަށާވީސް އަހަރުގެ ޖޯޝަކު ނޫރުބައް
ބަދުކަތިވެ، އަތްޕުޅު ހަރަކާތްތެރިވާން ކިރިޔާފަހަ އުނދަގޫވިއެވެ؛ އަހަރެންގެ ހިލޭ އިރުޝާދުބަކަން ސަލާމަތްކަން ނޫނީ، ދިން ފަހަރު ޓްރަފުން
ދަތިރުތަކުން، އެއް މިޔައަނަން ވެރި ޔަނ ދިޔައް ހަރަދުކުރަން، އެންމެ ފަހުން އަހަރެންގެ ފޮތް ކިޔައި ހަޔަގަތް އެނގެނީ މަޝްހޫރު ނިއުޓްރިޝަނިސްޓްއެގެ
އަތުން ލިބުނު ގޮތައި ރޯ އިޙުން ފޮތް ޑިބުނެވެ. އަނބުރާ ތަހުރާނަން ފަށައިގަންނަވައެވެ.

މިހާރު އުމުރު ހަތާރަ ހިނގާދިޔަ ނަމަވަރު ލާމައިލަވުރު ފިހާރަ އަދި ހަދަހަރު

އެކަންކަން ކަނޑައެޅިފައިވާ ކާނގެ ފިޔަވަކަން ހުރަހަރުވަން ތަޢްލީމީ ދުރުވި. ކާނބުއަރަކަސް، ފިހަކަން އަހަރު ހަރަކަސް ބޭރުފައިވާ އަސްލު
ބޭނު ކާމިޔާބީ، އަހަރެންގެ ފޮތަތި ބޭނުންތެރި ފޮތެއް ކަމަށް އިންޓަރނެޓް ސަރުކާރުން ރަސްމީކޮށް ބަޔާނުކުރެއްވުމުން، ފޮތުގެ އިތުރު ސާފުކުރުމަކަށް ތަބާވެވޭ،
ޝާއިޢުކުރަން، ލިޔުމަށް އިންޖިއާގެ ރަނގަޅުވެންނަށް މަޖާދިކުރެވެ . އަދި ބަލިމަޖާލަމާއި ފަޅުރަމާއި ބަނޖަރަށް ޗުކޮނަށް ސަލާމަތްފޯރުކުރެވޭ.

މިއަދު ކަނޑައެޅިގެން ސާބިތުވެފައިވާ ކާނބުއަރުގެ ދުރު ރަވީހާ މިހެން

ރަޕް ހުޅު އޮޅޯ، ކާނސަރު، ހުކުރުބޮލި، of cooked foods, poisonous drugs and other dead substances
އިންފެކްޝަން ބަލިވެ، ހެން ފަދަ ލޯއި ނަހަމަ ބޭނުމި ބަލިތަކުން އެއްކިބާވެފައިވާ އެއްޗެކެވެ. ފަދަ ތަކެތި ޝޯވު ކުރެވިއެވެ. ލިބޭން ހުރި
ލިއުކާރުންތަކުން ބަދަލަށް ސާބިތުވާ ގޮތުގައި އާ ޒާތްޕްރޮޓީން ހުރި ވިޓަމިންތަކުން ބަލިތެރިކަމާ ދަނބުތައް ސިޔަސަތުން އިތުރުވެއްވެ؛ އެހެނީ
ޒާތްޕްރޮޓީނުގެ ބަހައިކުރާ ބަލިތަކާއި ބަލިގެތަކުން ބަލި ފިޔަވަތަކުގެ މަސައްކަތު؛ އެހެން ކަނޑަން އާ ޒާތްޕްރޮޓީން އެވެގެ ބަހަރަމު ސަހަރަޓުސް
ޒާތްޕްރޮޓީން ބަލި މިހެން ނަހަ ދުނިޔެވެރި އެއްބަސްވެ އަނބުރާ ބަލަހައްޓަން، އަދި...

މި ހާލަތު އޮތީ ހަމައެކަނި މީހުން ކާ ގޮތް ބަދަލުވުމުގައެވެ. ބައެއް މީހުން ހިކުރާ ގޮތާ ހިލާފަށް މިކަން ކުރުމަކީ ވަރަށް ފަސޭހަ ކަމެކެވެ.

އިންޑިއާ ސަރުކާރުން ނިންމާފައިވާ ގޮތުގައި ފުރަތަމަ ކަމަކަށް ގައުމަށް ކާނާ ކާނާގެ ފޮތް ކިޔުމަށް ވަގުތީން ޖެހޭއިރު ދެވަނަ ކަމަކަށް ކުއްލިމަކަށް ގޭތެރޭގެ ނޫން އަދި މުހިންމު ނޫން އަމަލުތަކުން ރަސްމީކޮށް އިޢުލާން ކުރަން ޖެހޭ އެވެ. މަރުވެގެއިވާ ކާނާއާއި ވިހަ މަސްތުވާތަކެއްޗާއި ކުރިކަމުގެ ވިޔަފާރިތަކުގެ ދޮރު އަދި އިޝްތިހާރުތަކުގައި ހައްދުތައް އޮންނަން ޖެހޭ އެވެ.

ދަސްވެރިންގެ މެދުގައި ވިހަ މަސްތުވާތަކުގެ ބޭނުމުގެ ބަދަލުގައި ހެލްތު ކެޕްސޫލްގެ އޮޕިއޮއިޑްސްނަން ދިރާ ބައެއް ތަރުކާރީން ހައްދާނެ ގޮތް ދަސްކޮށްދިނުން އެވެ. އަދި ފަތަލިބޭން ގޮސްފައިވާ ހަސްތާލާ، ތަޢުލީމީ ސެންޓަރުތަކުގައިވާ ޗީޓު އަދި އަޑުހަރު ސިއްހަތަށް ފައިދާހުރި ކާނާ ނުވަތަ ދިރިހުރި ދެ ދިރާލާއި ހުރުމަތްތެރިކަމާއި ދެ ދިރާއާއި ތަޢުލީމާރިން ހަރިގަނޑު ފުރިހަމަކަން ހިތްހަމަޖެހުމުގެ ބިރުމެދުކަމެއް ނެތި އުފެދޭނެ ގޮތަށެވެ.

ފުރުސަ، ރާއްޖެ އަދި ޗައިނާ މެދުވެރިކޮށް ކުއްލި އާދަޔާ ހިލާފު އަސަރު ބަދަލުތަކާއި، ދިރިއުޅުމާއި ހަޔާތުގެ ވަރު ދިރުމަށް ފޮތާ ގޮތުގައި ކާނާ ތަކެތީގެ ބޭނުމާ ގޮތުގައި ހުރިހާ ބަރުދަން ގައުމުގެ އިންސާނީ ލިޔެކިޔުން ކުރުވާފައި އެވެ؛ ޒަހަރީލީ މާއްދާ މަދުކުރުން ސަރަހައްދީ އަދި ބައިނަލްއަގުވާމީ ބަދަލުތަކުގައި ކާނާގެ ބޭނުން ގޮތް ދެމެހެއްޓުމުގައި ސައިކަލް ކަމެއް ކުރުން ފަހުރު ވެއެވެ. ނަމަވެސް ސަރުކާރުން މިކަން ބެލެހެއްޓުމަށް ބަދަލުތައް މީހުންގެ ދެބަސްވުން ހުއްޓުވާ ދެމެހެއްޓުމަށް ފިޔަވަޅު އަޅަން ވާނެ އެވެ. ވަރަށް ގިނަ ޒަހަރީލީ މާއްދާ ބޭނުން ކުރާ ގައުމުތަކުގައި ހަމައެކަނި ބިރުވެރިކަމުގެ ބަދަލުގައި ދެމެހެއްޓުމަށް ބަލައިލުން މުހިންމު އެވެ.

އަލުމަރަބާ، ޖީސަސް، ހުރި، ކިރު އަދި މިހިރަ އަމުރުތައް ލާބިޔާރު އަދި އެހެނިހެން ދިރި ފަތާއި ތަރުކާރީ އެހެން ގައުމުތަކުން އިމްޕޯޓުކުރެވޭ ކާނާގައި ހިމެނޭ އެއްޗެހިތަކުން ދިރާސާ ކުރުމުގައި މީހުން ހަމަ ޔަގީން ކުރެވޭ އެވެ. އެހެންނަމަވެސް ކަނޑައެޅިފައިވާ ގައުމުތަކަށް އިމްޕޯޓު ކުރެވޭ ކާނާ ތަކެތި ދުނިޔޭގެ ބާޒާރުން ލިބުމުގެ ވަގުތުގައި ދިވެހި ކާނާއާއި ބެހޭ ތަޢާރަފް ކުރަން ވާނެ އެވެ. ވައްތަރާ ތަނަވަސް ފަސޭހަ ކަމެއް ނެތި ދިރިއުޅުމުގެ ތެރޭގައި ތަރުކާރީގެ އާބާދީ ފެތިގެން ދިޔަ އެވެ. ފުރަތަމަ ފެނުނު މުސްކުޅިވި ކަމަކަށް ހިތާ މިކަން، ދެވިން އަހަރު ދުވަހުގެ ތެރޭގައި އެކުއެކި ގައުމުތަކުގައި ވިޔަފާރިގެ ހަތިޔާރުތަކަށް ފެތިގެން ދިޔަ.

ފައިސާއަށް ލާބިހުރާ ބައެއް ތަރުމުރާ ބޮޑުތަކުގެ މުޢާމަލާތު، ތަރި، އަދި ގެސް ޒިޔާރަތްތަކަށް އެކުއެކި ގައުމުގެ ސަރުކާރުތަކަށް ދޭސް ނުޖެހޭނެ، ސަބަބަކީ އެމީހުންގެ ދަރުވާތަކަށް ބަލިތަކަށް ތަރުކާރީދީފައިވާ އެންމެ ކުޑަ ފުރުޞަތެއް ހުރައި ނުދެވިފައި އޮތުމުން، އެމީހުންގެ ގެސް އަމަލުތަކާއި

ގްލޯބަލްގެ ސަބަބުން މި ބަދިބަލް ފުޅުދިފައި އޮތެވެ. މިހުރިހާ މަސްވެރިޔާތަކުގެ ޖަވާބަކީ ހަމައެކަނި މަސައްކަތާއި އަމަލުގެ ކަސިޓެއްޔުފައިވާ ނަތީޖާއެވެ. އަޅުގަނޑުގެ އާއިލާއިން ލިބޭ ނަތީޖާ އެމުހިންނަން ނުފޫޒުނަމަ، އަދި އެހެން ޖެއްސުމަކާކުގައި އޮކި ދިމަދިމާލުގައި ތިބި ރޮ ކާނާ ކާ މީހުންގެ ތަރައްގީއިވެސް، އަޅުގަނޑަށް އެކަށިގެންވާ ވަސީލަތްތަކާއި ވަސީލަތްތައް ލިބިއްޖެނަމަ، އަޅުގަނޑުގެ ދަރިވަރުގެ ހަޔާތަށް ޢަމަލުން ސާފުތަކުން ތަސްވީރުން މިހިރީ ކުރު މުއްދަތެއްގެ ތަރައްގީއެވެ.

އަޅުގަނޑުގެ އެދުމަކީ އަޅުގަނޑު އިންޑިޔާގެ ބޮޑުން ފުރިހަމަ ފުރުތަކާއި ނަޝީލްތަކަށް ކެތްތެރިކަމާއެކު ކިޔައިދެއްވުން."

"ފުރިޔާކާއި ބަދިމަޖިކަމުން އިންސާނިއްޔަތަށް އެންމެ ބޮޑު ސަލާމަތްތެރިއާގެ ޝާނިދާގައި:

އަޅުގަނޑަކީ ސިފައިންގެ ލީޑަރެއް ކަމުންސިފުން ނިންމުމަށް އެއްބާރަށް 1344ވަނަ އަހަރު (ފާރިސީ ޝަމްސީ ކެލެންޑަރު) ގައި މާބޮޑަށް ފަރިވުމުގެ ސަބަބުން އަނާރަ އަހަރާއި ތިން މަސްދުވަހުގެ ތަޖުރިބާއާއެކު ރިޓަޔަރ ކުރި އިމްޕީރިއަލް އާމީގެ ރިޓަޔަރޑް އޮފިސަރުންނެވެ ސިރިއަސް ބަދިބަލް ހަމަޖެއްސިއެވެ. ގެތޮގަނޑަކަށް 125ލިޔާ ޢިމާރާތްތައްވާ ފަރާތަކަށް ފަރުވާ ދިނުމަށް ދުވަސްކޮޅަކު ރިޓަޔަރ ކުރުމުގެ ކުރިން މެޖިރަލް ފަރަ ސްލިމިންގ ގެތެރޭ ލިޔުނު، އޭގެ ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން ބަދުދަން 150ލިޔުއަން އަރައި ޢިމާރާތަމުން ދިޔައެވެ. އަހަރެން މަސައްކަތް ކުރުމުގެ ބާރު މުޅިން މަސްރޫފް ކުރެވެންދަން. ދަން ވިޔަފާރިން، ކަބަޅު އަދި އެހެނިހެން ކާނާ ލިޔުދިނުމުން އަހަރެންނަށް ވަސް ނެތާއިއްޖެން ޖެހުނެވެ. އަޅުގަނޑު ރިޓަޔަރ ކުރަން ނިންމީ، އެއީ ފައިދާއެއް ނެތި، އޭރު މުސާރަ ފުރިހަމަ ނުވާ ގޮތަށް. މިވަގުތު އަހަރެންގެ ނެތާއިއްޖެން އަހަންނަށް އަނިޔާ ކުރަމުން ދިޔައިރު، ސިފައިންގެ 502ނަންބަރު ހޮސްޕިޓަލްގެ އޮފީސް ޑީޕާޓްމަންޓުން ފޮނުވައި، އަހަރެންގެ އަތުގައި ވައްތަރުއްގެ އިންޖެކްޝަން ޖަހައި، ދުވަވި ހާސްމި އިންޖެކްޝަނެއް، މިބާ މިޔައި ކަމަށް ބުންޏެވެ އެ އެއްޗެހިތަކަށް އެލާޖިކް ވެގެ، ހަމަގައިމުވެސް އެ ހުރިހާ އެއްޗެއް ދުވަވި ނަމަވެސް ދެކިން އެމިހުން އެކަންކަން ބަލައިރު ފުލިޝަން ހުސްނުވާހާ އަވަހަކަން ބޮނި އެކަންކަމަން އެލާޖިކްވާ ކަމަށާއި ހަފްތާއަކު ލިން ފަހަރު އިންޖެކްޝަން ޖަހަން ޖެހުނު ކަމަށެވެ. ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން ހިތުގެ އޮސްޓިއޯ ޖެހި ވެހިއަމް ފަދަ އެހެން ގެތޮލް، އުރަމަތީ ޝޮރަފު އަދި މަރުވާ ބޯޝޮކަށް ލިޔުދިނުމުން ލިޔުނީ ފޭލިވެ ބަނޑުގައި ވަރަށް ބޮޑަށް ރިއްސާލީ އެވެ. ދަން އަހަރެންގެ ބަރުދަން 160ލިޔުއިން ޢިމާރާތް އަންޓިބަޔޮޓިކްސް ޖީނޯޓިކް ލިޔުދިން ވަރުގަދަ ކޮލެސްޓްރޯލް ކަމުދުން ކޮންމެ ދުވަހަކު ފަރަވާ ކޮލެސްޓްރޯލް އެބަސިޓީ ކިޔާ އެއްޗެއް ޖެހި އަންޓިބަޔޮޓިކްސް ސްޓެރޮއިޑް ފަށަފަހުން ފާނެވޭދިކާވެ

ދާއިމީ ފަރުވާއަށް ހަމަ އެ ހޯސްޕިޓަލްގެ ފެށުން! އުރަމަތީގެ ހަރުނިއްޔާގެ ސާޖަރީއަށްފަހު ޗެކްޕަރު ބޭނީ އަހަރެން ތިރީސް މިލިއަން ޑޮނޭޓް ފުނިސްސިލިން ތިޔޭގެ ބޭނުމަށް ހުސްޕޮސްޓަލް ކަމަށެވެ؛ މިހާރު އަދުގަނޑަށް ވިސްނޭ ގޮތުގައި މި ފުނިސްސިލިން އާއި އެކު އަދުގަނޑު މަރުގެ ދަނޑިވަޅާ ހަމައަށް އާދެވިއްޖެއެވެ. މިވަގުތު އަހަރެންގެ ކުޑަ އަންހެން ދަރިފުޅަށް ހިތުގެ ޗޮކޮލެޓް ޖެހިގެން އުފުރެން 18އަހަރާ ހަމައަށް ކުރިން ހަދާތީއަކީ އެއް މިލިއަން ދޮސާތައް ފުނިސްސިލިން (ފުނަރޭ) އިންޖެކްޝަން ކުރަން ޖެހުނެވެ -ކިޔަނީ ރުކައިޖެސް އެވެ. އަހަރެންނާއި އަހަރެންގެ ދަރިންގެ ފަޔާރުކަމާއި އެތައް ބަލިތަކެއް ތަހައްމަލުކުރާ އަހަރެންގެ އަންހެނުން ފުމިލީ ސަޕޯޓް ކޮޅަށް ޝުކުރާ ހުރަހަކައި ނަފާ ހުރުމަށް އެދުމުން، މުސާރަ ކުޑަކަމުން ނަފްރަތު ނުދެއްކުމުން އަހަރެން ވަރިކޮށްލީމެވެ މި ނިކަމެތި ޙާލަތުންނެވެ. އަހަރެން އުޅޭނީ ބަލިވެ އުޅޭ ފަސް ކުދިންނާއި ތަޙީމު ކުދިންނާ އެކުގައެވެ. ކުރިން ދުވަހަކު ހެޔޮ އިންޝުއަރެންސް ބެލެޓުރެވެއް ހިފައިގެން ޗެކްޕަރުންގެ ގޮތަށް ދިޔައިރު ޖީނާ އަދުދުއްގެ ބެލެޓުރެވެއް ފުރައި، މުސާރައިގެ ބޭޒު ބަހައް ވިޔަފާރި އީސީޕީ އަދި ލޯބޯޓީ ފީގެ ގޮތުގައި ޒިޔާނާތްތެރިވެމުން ދިޔައެވެ. އަދި އިންޝުއަރެންސް ފުރުން ކެޔޮޖް އަނު ލިބޭ މުސާރައިގެ ބަހައް ވެސް ގެއްލިގެންދާނެ އެވެ.

އަހަރެންގެ ހާލަތު ފާހަގަކުރެވުނު ދަރިފުޅުގެ ސްކޫލުގެ ފީތް ބެލެހެއްޓުންތެރިޔާ އަހަރެންނަށް ދޭ ކެއުމުގެ ފީތް މަފާދިންމާ ހަމައަށެވެ. އަހަރެން މިފީތް ފުރިހަމަ ފޯރިއާއަކު ކިޔާމީލެވެ އަދި އޭގެ ތެރޭގައި ހިމެނޭ ތަކެތި އަހަރެން ގަބޫލުކުރާ އަހަރެންގެ ދަރިންނާއަކު އަހަރެމެން 100%ށް ވިޔަން ކާން ފެނިމެވެ. މަދު ދުވަސްކޮޅެއްގެ ތެރޭގައި އަހަރެންގެ ނަރުވާހިއްލުން ސާފުވެގެން ދިޔައެވެ؛ ދެން އަހަރެންގެ އަންހެން ދަރިފުޅުގެ ހާލަތު މަޑުމަޑުން ރަނގަޅުވެ ކުޑަ ދަރިފުޅުގެ ފައި ސިފާވެ، އަހަރެންގެ ޖުވާންކަން އަލުން ފެނިމެވެ. ހަ މަސް ދުވަހުގެ ތެރޭގައި އަހަރެންގެ ބަރުދަން ގޮތުގަނޑަކަށް 160ކިލޯއިން 70 ކިލޯއަށް ދަށްވިއެވެ. މި ދުވަސްވަރު މުޅިން ރޯގާތް ކެއުމުން އަހަރެންނަށް ކުޅަދުންތެރިކަމާއި ތާޒާކަން އަލުން ލިބި، ދުވަހަކުވެސް މަރުވާ ކާނާގައި އަޑު ނުވާނެ ކަމަށް އަމިއްލަ ނަފްސަށް ވައުދުވެވިއްޖެއެވެ. އަހަރެންގެ ބަދުނަސީބުން ސަލާމަތްވުން އަހަރެން ދަރަނިވެރިވަނީ ކެޔޮގެ ފީތަށް."



އަލްޖާސިމް އަކްބަރު ޓޫރުނަމެންޓް- ނަންބަރު ،11ޒަޢާމީ ގޮތި، އަރަބިންގެ އަމަން، ނާސިރު ޒާހިރު ސުއިންޓް، ތުރުރާން.

މި ސިޓީ ލިޔުނު މީހަކީ ތުރުރާނަން އަނނަ ފޮޓޯއެއް ކަމަނާވާ ރޮ ޕީޓަރސަން އެވެ
ކުލަބޮޑެއް ހޯރުމު ދުވަހަކު ވެސް އޭނާގެ މަސައްކަތަކުން ފަހު ކުލަބޮޑެއް އަހަރުމެންނަށް އެހީތެރިވެދީ، ބައެއް ފަހަރު ކުލަބޮޑެ
މަސައްކަތްތަކުން ބައެއް ޕީޓަރަކަށް ވެސް ނަގަ އެވެ:

"ރޮ ޕީޓަރސަމް އިން ކުންސަރުން އަރައިގަތް ގޮތް: ވަރަށް އަވަހަށް އަހަރެން ރޮ ޕީޓަރސަމް އަށް ދިޔަ ދުވަހަ އަހަރީ ދުވަސް
ފާހަގަ ކުރާނަން. މިގެ އެންމެ ދު އަހަރު ކުރިން އަހަރެންގެ ކުންސަރުގެ ރިޕޯޓް ގަދަވެފައިން ދިޔައިރު، އަހަރެންގެ ދިރިއުޅުން
މުޅިން ބަދަލުވެގެންދިޔަ ރޮ ފުޓް ފޮރަށް އަހަރަނަށް ތައާރަފް ކުރެވުނެވެ. ހަފްތާތަކުގެ މިފޮތުން އަހަރެންގެ ފުރާނަ ސަލާމަތް
ވެވުނެވެ.

2533/2/21(ފެބްރުއަރީ ކްލިނިކް ކަވަންޓަރީ) ގައި އަހަރެންގެ ކަނާތު އުރަމަތީގައި އާދަޔާ ހިލާފު ކަމެއް އިހުސާސް
ކުރެވުނެވެ. ކުޑަކުން ދަރަފުގައި ޑޮކްޓަރަން ދައްކަމުންފަސް އެކްސްރޭ އިން އާދަޔާ ހިލާފު އެއްޗެސް ކަމެއް ނުފެނުނެވެ.
ދުވަސް ފަހުން ތަދު ފެނުނު އިރު މާމަ ނަރުސް ބަޔަކު ނަމަ އިތުރަށް ގޯސްވިއެވެ. ޑޮކްޓަރުންނަށް ފަރުވާ ހޯދުމަށް ޖާގަ ހުރިކަމެއް
ކުރަން ފެނިއެވެ.

އަޅުގަނޑުގެ ހުއްދަލާއެކު 2533/6/25ގައި ސާޖަރީއެއް ހެދި؛ ހޮސްޕިޓަލުން ލިބުމުން އަހަރެންގެ ކަނާތު
އުރަމަތީ ގެއްލި، ކަނާތު އަތް ހުސްކޮށްލައިފާކަން ފާހަގަ ކުރެވުނެވެ.

އަހަރެންގެ މުޢަށް މާބޮޑު ބަދަލެއް ނާދެއެވެ

ބޯޑުން ފެނިގެން ފައިތިލަޔާ ހަމައަށް އޭސްބިއުބޯޑުގެ ކޮޅުފުށުބަރައިގެ ތިރީގޭ. takeބަލި ކުރިއަރައިގެން ނުދިއުމަށް ކުރި
އެހެން ސާމާނުތައް ގެއްލުނު ހަރަކާތެއްގެ ތަފްސީލް ފެށުނު ތާރީޚުން ފެށިގެން އަރަނިޔާ ފުރިހަމަކޮށް... ޓީޗަރުން
ބުނީ އަނެއްކާވެސް ދުނިޔޭގެ ތާރީޚުގައި ފުރަތަމަ ފަހަރަށް ސިފަކުރެވިދާނެ ކަމެއްގެ ތެރޭގައި އަހަރެން ދަސްކުރަމުން ގެންދިޔައީ
ކުރިއަށް ގެންދިއުމަށް. އަހަރެން އިސްކޫލުގެ ކުލާހުގެ އަނެއްކާވެސް ކުރިއަށް ގެންދިޔައީ. އަހަރެން ކިޔަވައިދިނުމަށް ޓީޗަރުން ދެކޭގޮތުން
ތިން މަހާކުރާ އަހަރެންގެ ފުއްދުމާއި ފުރަތަމަ ފޯމު ނުލިބުނެވެ. އަހަރެންގެ ހިތްހަމަޖެހުމާ ތަޢާރަފު ކުރެވޭ ވަގުތުން ވަރަށް ފަސޭހައެވެ.
ދިޔައެވެ. އެހެންވެ އަތޮޅުތަކުން ސްކޫލް ޝަހާދަތް ވަނަވަރު ކުރިއަށް ދިޔަ ފަރާތް ދުވަސް، ޓީޗަރު ސުލޫކުގެ
އެއްބަސްވުމުގައި ތިން މިނަށް ވަނަވަރު އަދި އަނެއްކާވެސް ތިބި މިނެއް ވަނަވަރު ލިބިގެން ގޮސްގެންނެވެ.

އިސްކޫލުގެ އަނެއްކާވެސް ފުރަތަމަ ހާލަތު އޮތްސްޓޭ ހަމަ ތިބި، މިގެ އަހަރުތަކަށް ކުރިން އަހަރެން އޮޅުނުހިއްސާ ކުރި
އަހަރެންގެ ގޮތުގައި ފުރަތަމަ ހާލަތެވެ.

އެންމެ ފަހުން އަހަރެންގެ ޓީޗަރު އަހަންނަށް މިތި ފުރުސަތު ކިޔައިދިނުމުން ބުނީ "އެހެން ތިބޭގެ ގޮތުގައި ހަމައެކަނި
ވަސީލަތް، މި ބަލި ހިނގަމުންދާ ތިން ބަޔަކަށް ހަމަޖެހޭ، ފުއްލާ، ފުރަތަ އަދި ކުރިޔަކަށް؛ ތިބޭއަށް ކުރީގެ ކުލާސްކުރު
ކުރިއަރާފައިވާ. ތިބޭގެ ޖީހަރުގެ ބޭ އޮޔާ ތެރިވެއްޖެ." އެއީ އަހަރެން ހިތަށް އަރާނީ މަތިންދާބޯޓުގެ ގޮނޑުއްޔަކައި އިލާނުގެން
އިންދާ ފަތައިގެން ނުދިޔައީ ކިހިނެއް ހެއްދެވި؟"

އިސްކޫލުގެ އެހެން ދުނިޔެ ފަސްކަށް ސަރަހައްދު ކޮށްލަން އެވެ. އަހަރެން އެނގުނީ ތެޔޮކާރުން ދިޔައީ ފޮނުވަލާއި
ސިޓީތަކާއި ބޯސް ސިޓީތަކާއި އިޝްތިހާރުތަކުން ފުރިފައިވާ ސްޓޭޝަނަރީތަކެއް. އަހަރެން ތެޔޮކާރުގައި ހަފްތާއެއްހާ
ދުވަހު ހިލޭތަރައްގީ ހެދިއްޖެ، ހަނދުވަރު ހޭއަރާ އިން ފެނިގެން މުޅިދުވަހު ދު ޖެހިއްޖެ އަހަރެންގެ ބޮޑުގައި ވާހަ އަނގައިދިނެވެ.
އެހެން ހެރެފުންނަށް ހުއްޓުވާލި އަހަރެންގެ ހިނގަމުގެ ބަރުދަނާ އަނބުރާ އަށް ހިފުމާއި އަނބުރާ ތިން ހިފޭއަށް
އިތުރުވެއްޖެ. އަހަރެންގެ އިސްތަށިގަނޑު ފެށޭ ތަނބިން ތަނބުލި އާއި މޫނުމަތީ ބޮޑުވާން ކަމަށް ފަސް އެހެން ފަޅާކުރި އެވެ.
އެއްދުވަހަކު، ކެޔޮޅުގެ ހަޔާތް ބަދަލުވެއްޖެ، ބޯޓުޝަރު ކިޔާލުމުން، އަލުގަނޑަށް ފެނުނީ، މި ބޯޓުގެ ސަބަބުން ބޮޑު
ނުރަނގަޅު ހަތިޔާރުތަކާއި، މަރުވުން އެކަށީގެންވާ ކަމަށް ލިބުގައި އޮޅުވާލެވެ؛ އެކަމަކު އަހަރެން އަދިވެސް ދުނިޔޭގައި
ހުރުމުން އަމިއްލައަށް ރޮއިއަރުވާލުން ހުއްޓާލަން ނިންމީމެވެ.

އޭގެ ދުވަހު މަސް ފަހުން އަހަރެންގެ ހައްޔަރު އައި އެންމެ މުހިންމު ބަދަލެވެ. އަމިއްލައަށް ޖެހެވުމެއް ވެފައިވާ
އަހަރެންގެ ރައްކާތެރިކަމު ރޭ ލިބުނު އަށް ދިޔަ މަސައްކަތް ދުވަސް ފަހުން މާ ރަނގަޅު ކަމަށް ބުނުމުން އަހަރެން ވެސް ރޭ
ލިބުން އަކަށް ވާން ނިންމީމެވެ. ޖެހިގެން އައި ދުވަހު ބަލިވެ މާލޭސްޓޮކްފައިވާ ހިނގަމުންދާކަމުގެ ރޭ ލިބުމަށް ކޮލަބަށް ދިޔައީ
އެހެންގެ ނިއުބޯރިޝަން މެޑިކަލް ދަރުސްކުރަމުންނެވެ. އަހަރެން ބައި ރޭކާނަ ބައި ކައުންސިލުގައި މަރު ދުވަސްކޮޅަކު ކުއި،
އަހަރެންނަށް ދުވަހުއް ދުވަހަކަށް ހިތްވަރު ލިބޭ އެންމެ ފަހުން އަހަރެން ވެގެން ދިޔައީ...

އެބްސްޓިލިއޮޖީ ކޮށް އިޝާރާ އެވެ. ފުރަތަމަ މަސް ދުވަހު ރޮކޯޓް ކެއުމުން އަހަރެންގެ ހަށިގަނޑުގައި މުޅިޖިބިޖާތު ހިނގައިގަތެވެ. މުޅިން ފެއްޓިފައިވާ އަހަރެންގެ ބޮޑަ އިސްތަރިގަނޑު އަލުން ބޭރުވާން ފެށިއެވެ؛ ހިނގުމަށް އިތުރު ހަކަތައެއް ލިބި، ޓޫރުގެ ފެނުން ރަނގަޅުވެ، ދިރުމުގެ ލިބެން ކަމުގެ އިހުސާސް ކުރުވުނެވެ. އެއްދުވަހަކު އަހަރެން ސިޓީން ފެއްޓިނީ ސޮންބިރަތް އިންޝުއަރެންސް އޮފީހުގެ މާލޮބު ފުލުރިކަމެވެ؛ އަހަރެންނަށް ހިލޭ އަހަރެން ފުރުޞަތެއް ވާނަމަށެވެ. އެ ދެ މަސް ދުވަހުގެ ކޯސްއާއެކު އަހަރެންގެ ހަށިގަނޑުގައި އެތައް ބަދަލުތަކެއް އައިސް އަސްލެއް އަހަރެންގެ ފުރުފިސް އާއި ފެއިގެ ފޮޓޯ ނުލައިރު ޖޫރިބަރު ބޭނި "ރިބަގެ ކަރިތައް އަހަންނަށް ވެރި ދުވަހާ" ކަމަށެވެ. އަހަރެންގެ ހަށިގަނޑުގައި ބާޑީ ހުރި އެ ފުން ޖަހާލުމަތަކުގެ އެއްވެސް އަސަރެއް ނެތެވެ. ކޮށް ކާނގެ ކެރިންނާއި ފަހުން ހުރިހާ ލިދުލިދުންތަކާއި ފޮޓޯތަކެއް އަދިގަނޑު ބަހައްޓާފައި ލިބުނީ. މިއަދު ދެ އަހަރު ދުވަހުގެ ކޮށް ޕިގަނޑަމް އަށް ފަހު އަހަރެން މުޅިން ބަދަލުވެފައި އެވެ. މިދުވަސްވަރު އަހަރެން އެއްވެސް ބޭހެއް ނުބޭނުމެވެ.

ސޯޖަރީއަށްފަހު މުޅިން ހޭނދިވައި އޮތް އަހަރެންގެ ކަނާތު އަތް ވަނީ އާންމު ހާލަތަށް އައިސްފައެވެ. ޕިލްތަރަފީއަށްފަހު ހަމުގެ ދަށްގައި ފިހިގަނޑު ފެށިފައިވާ އަދި ވަރަށް ބޮޑަށް ތަދުވަމުން ދިޔަ އަހަރެންގެ ހަށިގަނޑު ޚާއްސަކޮށް ފިހިގަނޑު ފިލައިގެން ދިޔައެވެ. މި ދުވަސްވަރު އަހަރެންގެ ބަރުދަން ވިހި ކިލޯ ލުއިވިއެވެ. މިހާރު އަހަރެން ދުވާލަކު އަށް ގަޑިއިރު މަސައްކަތް ކުރާއިރު ހަސްފަހުގެ ތަކުގައި ވަރަށް ހަރުކަށިކޮށް ފެއެވެ. މި އާ ދިރިއުޅުމުގައި އުފާވެރި ދުވަސްތަށް ސިއްހަތާއި އެކުގައި ވަގުތު ހޯދަކުރުވޭން ކަމަށް އުންމީދު ކުރަން."



މަރިޔަމް ނޮރްޝޯން ބާރޖަން، އުފަންވީ ޖުލައި - 1931 ،25ވަނަ ރާޝަނުވެ

*** .

މި ސިޓީތަކާއި މުޅި ދުނިޔޭގެ އެކި ޒަމާނުތަކުގެ ރޯ ކާ ޗީނުގެ ފަރާތުން ލިބޭނެ އެތައް ހާސް ސިޓީތަކެއް ސާބިތުވަނީ މަސްތުވާތަކެތި އެއްކޮށް ކައްކާ ކާނާ ބާނުންކުރުން ހުއްޓާލާ ބަލިމީހުންނަށް ފަރުވާ ދިނުމުގައި ބަދަލުވެސް އަދި ބަދަލުގައި ނާންނަ ގޮތަށް ކާނާގެ ބާވަތްތައް ބައްޓަލުން އެއްފަހަރާ ތަނަވަސްކުރެވޭކަމެވެ.

އަލްޖީރިއާގެ ޕްރިރަން ރެއިލްވޭންގައި ނުބޫ "އޯވަންގާޖް" ނޫޅުގެ އައް އަދަދުގައި ،1964)ނަންބަރު (98ފިރެޖީއިވަނީ "ޑީނަ އަދަދުއްގެ އިންޖިނިއަރުންނާއި މިއުޖިޝަންސްނާއި ކުރަ ޖައްސާ މީހުން، ހުރިހާ...

އާމީހުންނަކީ އިލްމުވެރި ފިރިހެނުން ކަމުގައި ވެފައި، ރޯ ކާނާއަކަށް ވެފައިވެއެވެ. އާމީހުން ތަޖުރިބާކުރި ދުނިޔެ އާމީހުންނަށް އަގު ލުއި އަދި ދުވަހުވާކަން އިހުސާސް ކުރެވޭނީ ފޯނުން ނަފްސާވާ ކަމަށާއި ހިތުގެ ތެދުން އިހުސާސް ނުކުރާ ކަމަށެވެ."

"ސައިންސް އަންޑް ލައިފް" ގެ ނަމުގައި މަސްކުރާގެ ޖަނަލް އިން އިއުލާނުކުރެވެ...

އޭގެ މާރިޗް، 1965ވަނަ އަހަރުގެ އަދަދުގައި ބޮޑުފައިވަނީ، އެއި ބަލިތަކުން ރަނގަޅުވެ، ރަނގަޅުވެފައިވާ ފިރިހަމަ ތަޖުރިބާ އޮޖެކްޓިވް ނިސްބަތުން އަސްލުފައިވާ، ކިއުރިންތެރިންގެ ތަޖުރިބާގައި ޑީނަ ރޯ-އިޓަރުން ތިބި ކަމަށެވެ.

އެ ހާލަތުގައި ބަޔާލީޓަސްޖިންނާއި އެހެން ޖިންސުގެ ފަރާތްތަކުން ރޯ ކާއުމުގެ އުސޫލުތައް ތަންފީޒު ކުރުމަށް ހިތާވީ ފިޔަވަޅުތައް ނުއަތުސް ޕާއްވެގެން ކަމެއް ލިޔުންކަން ނުތެވެ. ބަލިތަކުން އިންސާނުން މިނިވަންކަން، އަންމެންނަށް ދެވާފައި ދިރިއުޅުމާއި ކަނޑައެޅި ޖިންސުގެ އައްމާ އާލާމެހުގެ ކަމަކީ ހުޅުވައި އެތައް އާދިއްކުރުމަށް ފަސޭހަވާނީ ޕައްވެގެން ހުއްޓުވާލެވޭނެއެވެ؟ އާމީހުން އިހްތިރާމް ކޮށްދިނުމަށް ދުވަހުގެ ތަޖުރިބާގައި ބަލި ކަންމަ ބަލިހުރަތް ރަނގަޅުވެ ކާމިޔާބު، ބަލިމީހުންގެ ހުސްފިޖެހުމެއް ހުސްކަމަށް ފަށައިގަތެވެ. މި މަޤްސަދު ހާސިލުކުރަން ބޭނުންވާ ނުވަތަ ނޫންނަމަ ސަލާމަތުކުރުމަށް ކަންމަ މަތިވެރި ބޮޑުތަކެއްގެ ވާޖިބުކަމެވެ.

އަޅުގަނޑު މުޅި ދުނިޔެއަށް އިޙްތިރާމާއެކު އިއުލާން ކުރަން، މީގެ ފަހުން ފިޔަ ބޭސް ލިޔެކިޔުންތައް، ކައްކާ ކާނާގެ ވަޒީފާތަކާއި، އިންސާނިއްޔަތާ ދޮކޮފަށް އެއްކޮށް ހިތްވަރު ނަތީޖާ ޖަހާލާތަކުގެ ގޮތުގައި ބަލިން ޖެހޭ ކަމެއް ކަމުގައި، އެއީ އެކަން ކުރާ ފަރާތްތަކަކެވެ

އިންސާނުންގެ ހުރިހާ ބަލިތައް މެދުވެރިކުރުވުން.

*** .



ރިޗީ 7 އަހަރުގެ ހުދު ބުޅަލެއް ކަމަނާވާ ޖެހި އުމުރުގެ ފުރަތަމަ ދުވަހުން ފެށިގެން އަހަރެމެންނާއެކު އުޅުނީ ރ. ވީމެންއެއްގެ ގޭތެރޭގައެވެ.

މިހާރު އޭނާ މިހުންނަނީ ފަސް މަސް ކުއްލިޔާ ގުދުރަތީ ކަމެއް ނޫންކަން ފެންނަފަދައިން ސާބިތުވެއްޖެ އެވެ
ޖަނަވާރުތަކެއް، އަދި އަޅުގަނޑުމެންގެ ތަޖުރިބާގައި ހަމަހީ ކާނާ ކާ ޖަނަވާރުތަކެއް ނެތެވެ. ޖެހި އަކީ އުފަންވި ދުވަހުން ފެށިގެން އަހަރެމެން
ކާ ކާނާއަށް އާދަވެފައިވާ މީހެކެވެ. އޭނާގެ މީނަ ކާނާގައި ހިމެނުނީ ހަނޑުލާއި، ހަވާދުމުރާތަކާއި، ކިރު، ޗީސްބާޖަރ، ސެލެޑް އަދި އައިސް
ގޮވާ، މިހެރިހާ އެއްޗެއް ދިރިހުރި (ރޯ) ސިފައިގައި، ސަބަބަކީ އަހަރެމެންގެ ގޭގައި މަރުވެފައިވާ ކާނާގެ އެންމެ ގެރާމުއްވެސް
ނެތުމުންނެވެ. މި ބުޅަލަކީ ފިޔާ އާއި ދުރުގެ ފަސް ވަރަށް އެދުންވެރިކަމާއެކު ކާ އެއްޗެއްކަމެވެ.

އަޅުގަނޑުމެން މާލެއިން ބޭރަށް ގެންދާއިރު، ފެހި މޫދުގައި ކެއްބާއެއް ފެތަރައިން ރާނާނުލައެވެ. އޭނާ ބަލާބަލާ އަޔާބަލާއިރު މި ބުޅަލި
ނިންޖިހާއަށް ދުރަށްދާ، ތަޖާ އަދި ހަކަތައިން ފުރިފައިވާ ބުޅަލެކެވެ. މި ބުޅާ ފެނީ ގެސްޓްހައުސްގައި ކެއުމަށް ސިންގާ، ކިނބޫ އަދި ވަލު
ކުދިން ހޯދިގެން ބޭނުންނަމަ، މަދު ދިޔުމަކާއި ފެހުން އެމީހުންގެ ވެރިގަދަކަން މުޅިން ދުވާނުލުގައި ހަމަޖެހިލައިގެން، މާ ފެދު އޭނާ
ޖަނަވާރުތަކާ އެކު އުޅުވާނެއެވެ. އެކަމަކު އެއާ ޚިލާފަށް އަޅުގަނޑުމެންނަށް ދުވަހަކުވެސް ގެނައް މަސް ކެއުމަށް އާދައެއް ނުކުރެވުނެވެ.

ދުރުހެލިވާނީ ކޮންކަމެއް ހެއްދެވޭ؟

ސަލްފާރ ނުވަތަ ތޯނު ފެނުން ފުރާސްސަކާނުފައިވާ ހިކި މަވާއެވެ
ނުވަތަ އޭނާ ކެމިކަލްތަކާއި ބޭނުން ނުކުރާނުލި، އެއް ނިއުބޮރިޝަނަލް ވެލިއުއެއް ނެތް އަދި ހަމައެކަނި ވިޔަ މާއްދާތަކަށް ވާނީ،
ވެލް ފަސް އެއް ކަމަކީ ނުވާނީ އެވެ. ކެމިކަލްތަކުން ފިލްޓަރކުރެވިފައި ހުންނަ އަދި އޭގެ ގުދުރަތީ ކެމިއެއް ނުވަތަ ވަގުތު ރަނގަޅު ނުވާ
އެ ޖަޅުބޮނި ތަޅާ ބޭނުންކުރުމަކުން ނުވާނެއެވެ

އަދި އޭގެ ނިއުޓްރިޝަނަލް ވެލިއު ގެއްލިގެއިވާ ކަމަށް ވެސް ވިދާޅުވި އެވެ. ފޯން ޖައިލްބްރޭކް، އަސްލުޖެހުން ކިޔުއްކަލްބާ އަދި ފޯން ނުވަތަ ވިނެގަރު އާއި އެކު ތަޢާމާތުކުރާ އަސްލިޖެހުމަކީ ދިރޭ އަދި ގުދުރަތީ ކާނާގެ ގޮތުގައި ނުބެލެވޭނެއެވެ. އަދި، ވިނެގަރު، ފައިން އަދި އެޕަލް ކާބޯތަކީގެ އަސްލު އަދި ގުދުރަތީ ޚާލަތުން އެނބުރި އައިސްފައިވާ ތަކެތީގެ އެއްވެސް ނިއުޓްރިޝަނަލް ވެލިއު އޮތް ނުވެއެވެ. ހިތިގަނޑަކަށް ބޭނުންވާ ފޯން، މޮޅާއި ތެރޭގެރިގައި ވެސް ހުންނަ ކަމުގެ އިތުރުން، ހުނރު، ގެއްލުން ލިބޭ ގޮތަށް ފޯން ވެސް ތައްޔާރު ކުރި އެވެ. މޮޅާއި ތެރޭގެރި ދޫވެލަން ޕްރަސެސްކޮށް ނުވަތަ އަޑަންވެސް ޓެސްޓިންގްކޮށް ބޭނުން ނުކުރުން.

ހުނރު ކާބޯތަކާއި ހުނރު ހުދުމާއި ހަޖަމު ވައި ފަދަ ތަކެތި ބޭނުންކުރުމުން ދުރުހެލިވާނެވެ. ސައިބީރި ނުވަތަ ޝްވާބީ ބޭނުން ނުކުރުން، އެއީ ހަށިގަނޑާއި ހަރުގަނޑު ގެއްލުން ހުރި ކެމިކަލްތަކެއް ހިމެނޭ އެއްޗެއް؛ ޕީޒާވެސް އަވަހަށް ފެންވަރާލާނެވެ.

ރޯ ވީގަންސް އިން ގުދުރަތީ ނޫން، ކެއްކާފައި ހުންނަ، މަސް އަދި ފެހި ކާނާ ނުކާ ކަމަށް...
ވަރަށް ކަރުހިއްކުން؛ އެއީ ޑިހައިޑްރޭޝަން ނިއުޓްރިޝަން އަދި ކޮލެސްޓްރޯލް ބޭނުން ނުކުރާ އެއްޗެއް ނޫން، އޭގެ ތަން ފެނުން ފުރާލުމަން ފޮނި ނުކުރާ އެއްޗެއް. މިގޮ އިތުރުން ގުދުރަތީ ކާނާތަކުގައި އެކަނިގެ އެނޒައިމްތައް ފެން އެކުލެވިގެންވާތީ. ގުދުރަތީ ކާނާ އެނޒައިމްތަކާއިވަނީ ހުނރު ހުނޑިމުގައި ފެން ފެރި، ހުނރު ހުދުމުގައި ފެނާއި ހަވާ ގަނޑުވާ ތަކެތި. ރޯ ކާ މީހުން ކާނާ ކުރިއަށްފަހުން ނިއުޓްރިޝަން ގެއްލޭ ކަމަށް ޖެހެނީ ސަބަބު ހުރި ބޭނުން ކުރެވޭނެ ކާނާތައް ރޯކޮށް ކެއުމަށް ސްޓޮކް ކުރުމެވެ. އެ ކާނާގެ ނިއުޓްރިޝަން ކާބޯތަކުން ގެއްލިގެން ނުދާތީ ސްޓޯރޭޖް ކުރުމަށް ވަރަށް މުހިއްމެވެ. ހީޓް ކުރުމުން ފެނާއި ހަވާ ގެއްލޭ، އެއީ ރޯ ކާނާގެ އެންޒައިމްތައް ނައްތާލަނީ ދުވަސްތަކެއް ވަންދެން ސްޓޯރޭޖް ކުރާ ހެދުމުން. އެހެނީ ހިޓްކުރި ކާނާތައް ފަހަރެއްގައި ވެސް އިތުރު ނިއުޓްރިޝަން ދޭ ނުކެރޭ، މި ގޮތަކަށް ހުރުމުން ގެއްލުން ލިބޭ ކަމަށް ބެލެވެއެވެ. އިންސާނުންގެ ހަށިގަނޑު ރޯ ކާނާ ނޫން ކާނާ ހަޖަމު ނުކުރެވޭ ކަމަށް ވެސް ބުނެ، ހީޓްކުރުމުން ފެނާއި ހަވާ ގެއްލޭ ކާނާ ނުކެއުމަށް އެދެއެވެ.

މަހަކު އެއްފަހަރު އަޑުގަނޑުވާނެ ކަމަށް ޚާއްޞަކޮށް ހަށިގަނޑުގެ ސިއްހަތު ރަނގަޅު ކުރުމަށް ގެނެސްދޭ ފައިދާ ބޭނުންތަކެއް ހޯދައިދިނުމަށް ބޭނުންކުރެވޭ. ސްޓްރޯބެރީ ފަދަ ރޯ ކާނާއަކީ ސިއްހަތާއި ފައިދާ ލިބޭ ކާނާ ގެ ތެރޭގައެވެ.

ސްޓްރޯ ކުރުމުގެ ކުރިން ދޮރުވާ ދިރުމާއި އެކު ގާތްވެފައިވާ "ވީގަން" ދުވަސް ކުރަ ބޭރުވެރި ނޫން އޮތް އަޅާލާށެވެ. ދުރުވެފައި ދުވަސް ބޭނުން ވެސް ގެނައެވެ

ކުރިކަލް ފެށުދާތަކާއި އާބިފުޝަލް ގޮތެއްގައި އުފެއްދުމުގެ މިންވަރު އިތުރުވާން، އޭގެ ބަދަލުގައި ފެންވަރު ދަށްކުރުން؛ އަދިހުން މާލޭއާއި ތަރުކާރީ ހޯދިއްޖެނަމަ ސްޓްރެޓަޖީތަން ވަގުތުން ހުރުމުނަށް ވިއްކައެވެ. ފަހުން ހުރި މި ސްޓޮކް އިޖާރާކުރި ޖާގަބަރަން އަމިއްލަ މަސައްކަތުގެ ނުބައި ނަތީޖާ ފެނިގެން އެކަން ހުއްޓުވުމުގެ ބަދަލުގައި މާލޭއާއި ތަރުކާރީ ކުރިން މަސާކުރެއެވެ.

މިހާރު ހާލަތު މިހެން އޮތުމުން ރައްޔިތުންނަން ލިބޭ ގެއްލުން ބޮޑުނަކުރުގެން ނުވާނެ
ގެ ބަހަނާއެއްގެ ގޮތުގައި ސްޓޮކް ކުރުމާއި މާލޭއާއި ތަރުކާރީ ކައްކާނެވެ. އެހެނީ ސްޓޮކް ކުރުމުން މިސާލަކަށް 10%އިން އުފެއްދުމުގެ އަގު ހެޔޮކޮށްލެވޭނަމަ، ކައްކާމުން 100%ގެ އަގު ހެޔޮކޮށް، ހަމަ އެއާއެކު، ސްޓޮކް ކުރުމަށްވުރެ މަރުވެފައިވާ ކާނާގައި ވިހަ ޖެހޭނެއެވެ. މި ވިހަ ކާނާ ރައްކާކޮށްގެން ދޫވެ، ހަމަ އެއާއެކު މި ޚާއިންސާނީ އަމަލާ ދެކޮޅަށް ހަނގުރާމަ ކުރަން ޖެހޭ އެވެ. މިހާރު ދުނިޔޭގެ އެކި ކަންކޮޅުތަކުން މިހުންގެ އަޖެ އުޅުވަނީ. އެހެންނަމަވެސް ޖަމިއްޔާތައް އުފެއްދުމުގައި، މަޖައްލާތައް ތާޖުކާން، ކުރިކަލް ފެށުނު އާއި ޕްލާންޓްބޭސްޑް ނުލައި އުފެއްދުނުކާނާ ކާނުދިނުމަށް ހުއްޓަ ފިހާރަތަކާއި ސުޕަރމާކެޓްތަކާއި ބޭނުން ހައްސަތައް ހުށަހަޅާލައިވާ އެވެ. އަދިވެސްގެ ބައެއް ބިޔަސީ ފޮތްފަރުން، އަމިއްލައަށް ބިލުއް ގަނޑުގެ ބައިގެން ހުރި، ކުރިކަލް ފެށުނު ނުލައި އުމުރުގެ މާލޭއާއި ތަރުކާރީގެ ބޭނުންތައް ފުރުޞަތުދީ، ހަމަޖެހޭ ގޮތެއް ދެއެވެ.

އެޤުވަންޓޭރީ އާޓް ދަ ޖެހެރާން ރޮޕީގަންސް އެސޯސިއޭޝަން އަހަރެންގެ ފޮތް ފެރެންޗް، ޖަރުމަން، ސްޕެނިޝް އަދި އަރަބި ބަހުން

ތަރުޖަމާކޮށް ޝާއިޢު ކުރަން ނިންމީ، އަދި ވަރަށް ޝައުގުވެރި އަކުރުތަކުން ފޮތްތައް ހަދައިގެން އަހަރެންގެ ދުނިޔޭގެ ހަރަކާތް ފުޅާކުރުމަށެވެ . ބައެއް ފައުންޑޭޝަންސާ ގުޅިގެން އަޅުގަނޑުމެންގެ ދުނިޔޭގައި ފައިސާގެ އަދަދެއް އެއްކޮށް، ޗާޕް ބެރެއް ތަރުޖަމާކުރުތަކުން، އ މަސައްކަތް ފެށީމެވެ. އަހަރެންގެ ގޭގެ ގެރައްސެއް ފޮތްތަކުގައި ހުރި ބޭޒޭ ދެ ކަނބަލި ފޭސްތައް ކަރަންސީބާއި ފޯނު ހިފާ ކަރުދާސް ނޫ، ކުރެވިބާއި ރ ވީގަން ރެސްޓޯރަންޓް ބެލެހެއްޓުމުގައި ދެ އަހަރާއި ބައި ހޭދަކުރީމެވެ. އަހަރެންގެ ރެސްޓޯރަންޓާއި އަހަރެންގެ މުޖުތަމަޢުގެ ވާހަކަ އަސާސީއަށް ވަޒީފާތެރި ދުނބަރުން އެއްކަން، އަދިހުން ހިލޭ، އެހީތެރިވެ، އެކުވެރި ބައްދަލުވުންތައް އިންތިޒާމުކުރުން، ރީ ކުރުން ލިބޭ ނަތީޖާތަކުގެ ވާހަކަ ދެއްކި، ހަދިޔާ އެއްކަރި، އަދި ބޭޒޭ އާއިލާއާއި ގުޅިގެން ސަލާމަތް ކުރި އަދި މިކަމުގައި ގޮތް އަހަރެންގެ ދުނިޔޭގެންނަން އެއްޗީ ގޮތްގަނޑެކަން 900ގުމްބަރުން.

ގްރޫޕް އުފެދުނުތާ އެއް އަހަރު ފަހުން އަލްފާޒިލް ޖަވާދު ރަމަޟާނީ،
ސިރިއަސް ބައްދަލުގައި ހުރި ޤާނޫނީ ބަދަލުން ކަނޑައެޅުއްވުމާއި މިހާ އާއި...

ޖިއޮގްރަފީ އާއި ބަސްޖަހަން ބަދަލުތަކުގެ ސަބަބުން، މަރުވަމުން ދަނިކޮށް (އާނާ ބަސް ފޯމުލާއި) ކުލަބަން އަދިސް މާލްބަރަހުން ވެ، ނޫ އިޖަރަހުން ވެ، މަރުން ސަލާމަތްވިއެވެ. މުޅިތަމަނާގެ ހަރަކާތްތަކަށް ވަރަށް ޝައުޤުވެރިވެވަޑައިގަތުމުން ޖެހިލުޖަރުންގެ ބޭޒުގެ މާލްބަރަހުން އިންސިޔާޒުވެވަޑައިގެންނެވިއެވެ. ހިތާމަޔަކީ ނޫ ޕީޖެސިޖަމްގެ ފުރުން އަދި ސާފާ ފަލްސަފާ އާނާއަށް ދުވަހަކުވެސް ވިސްނާ ގޮތެއް ނެތިއެވެ. އާނާ ބައެއް ފަހަރު ބުނަނީ "އަހަރުންގެ ޒިންމާ އަދި އަތަރުކުރެވޭ ސިކުނޑިއަށް ނުފެނޭ، އެއްދުވަހަކު އެވަނަށް ފެނާނެ" ކަމަށެވެ. އަހަރުން މިދުވަސްތަކަށް އިންސިޔާޒު ކުރަމުން އައިސާ އަހަރުތަކަށް ވެރިޖެ ނަމަވެސް ބޭކާރު ކަމެކެވެ. މިސްޖަރ ރަމަޟާނީ ވިދާޅުވި "އަތަރުކުރެވޭ ޖާހިޖަރުންނާއި ފޭބަލް ސައިންސް އަނެއް ހަމަވާދީ އުމުރުންގެ ގޮސް ހަރަކާތްތަކުން ކުންފުނިތަކުގެން ނުވާނެ" ކަމަށެވެ. އެކަމަކު އަހަރުންގެ މި ރައުޔު ނުތަމުން އަހަރުން ބާނުންތަ ހަޔާތްތަކުން ހިތާމައިން ނުކުމެއްޖެއެވެ.

ކުލަބޭގެ ހަރަކާތްތަކުން ތަނަވަސްކުރުމުން އަހަރުންގެ ގޮތް ފުރަތަމަ ފެންމިޔާ ޒުވާނުން، ބޮޑުކަރުން ޒުވަރެއް ކުދިގެ ތިންބައިކުރަ އެއްބައި ކުރިން ޒުރި ކާޖަރިތަކަށް އިތުރުކުރުން، ކުލަބަން ދަނިފަވެ (ގޭގެ ދަރިބައިކުރަ އެއްބައި އަހަރުންގެ ގެއެވެ އަނބިމީހާ.އަހަރުންގެ ހާދުން ކުރި ނުލިބޭ). އަމިއްލަ ހަރަދުން މަގުމައްޗަށް ހުއްޓާ ދާރަށް ހުވަފެއިގެން 30 ޕައުންޑް މިޖަރުގެ ބިންގަރާއް ހަދައިގެން ތަރައްކީކުރުމަށް، މުޅިތަމަނާގެ މާލްބަރުން ގެވާއިދުން ބައްދަލުވުންތަކުން ނުބާއްވައި، ބައްޔަކީ ހަރަކާތްތެރި މާލްބަރުންގެ ތަރައްޤީ ޖެހިލުޖަރުންގެ ބޭޒުގެ އައްތަރުނުކުން، ތަރުމީބެން ރަމަޟާނީއަށް ސާބިތުކުރީ ނުރުހޭނަމަ ކާއި، އާނާގެ ވިސްނުން ގޮސްތަކަށް، އަދުގަނޑު އާނާއަށް އަމިއްލައަށް ބޭޒު ހާވަން ދުރާކޮށްލެވުނެވެ. އާނާ ހާލު ޖެހި.

ޖެހިލުޖަރުންގެ ބޭޒުގެ ތަރުމާހުންގެ މަގުމަތީ ހުރައްމަދު ކާރު (ތަނުގެ ފާހަނާ ފިޔަވަޅު ދުނިޔާސަލާމަތުގެ ފިޔަވަޅު) އެވެ. މި ބޭޒުކުރު ފުރުއްޓި މުޖުތަމަޢު އަދި މާނައެއް ނުވެ ފެއްޓެނީ ފުރިއްޔާތްތަކުން ފުރުފެއިވާ "ނޫ ޕީޖެބޭރިއަސިޖަމް" ކިޔާ ފޯރުން ކަމަކީ އާނާ ބުރުންތެރިންގެ ވަޒީރު ބޭކާރުކަމަކީ އަދި ނުކުތް ދަރުސްތަކުން ކަމަށެވެ. ވަރަން އަވަހަށް ކުލަބޭގެ ހަރަކާތްތަކާ އޮފީސް، ކުލަބޭގެ އަސާސީ ގަވާއިދުގެ 29 ވަނަ މާއްދާގައިވާ ގޮތުގެ މަތިން އަލުގަނޑުމެން މާލްބަރުކަމުން ބޭރުކުރަމުން ޖަހާނެއެވެ. އާނާގެ އަދި ވިސްނުމެއްގެ ބައްޔަ މީހުންނާއިކު ގޮސް، އިންފެސްޓޭޓަން މަސައްކަތް ސައިންޓިފިކް "ސައިންޓިފިކް ނޫ ޕީޖެބޭރިއަސިޖަމް" ގެ ނަމުގައި ކުލަބައް ހުޅުވައި، ޓަކުރު މީހަކަށް 40 ޕައުންޑަށް 50 ޕައުންޑު ގެއްލި ބަންދުކުރަން، ބައްޔަ މީހުން ވެސް އެމީހުންގެ މަސައްކަތަކަށް ހިތާމަކުރަން ފޮނުވާ އަތުގަސްޖަހުންގެ ކުލަބާ ގެނެސްދެއެވެ. މިސްޖަރ ރަމަޟާނީއަށް އާނާގެ ގޮސް އަމަލުން ދަސްކުރުމަށް ސަމާލުކަން އަދާ ޒިފާފުން އައް ޓޯޕްރުގެ ބަދަލުގައި އިތުރު ދަރިން ޓޯޕްރުން ކުލަބަން ގެނެސް ތަރައްޤީ ދައްވިއެވެ.

މިގެ އަހަރުތަކުގެ ކުރިން އަހަރުން ނޫ-އިޖިންގެ ފޯމުލާއި ފިނިފައިވާ އަހަރުންގެ ބަސްތަކެއް އެހީތެރިވުމުން ގަޑިއިރުތަކުގެ، ފާއިތުވި އަހަރުތަކުގައި މަރުވި ޖިނާ ދީގެން މީހާރު ދިރިތިބިފައެވެ. މިސާލަކަށް ދޭއުލު ސިޔާސީ ވެރިޔާ ޖެހި.އިޓަލީ،

އަހަރެން އަރަތު ގެދިމަން ކާބޭ ހަވާލުކުރި ނަމަވެސް އޭނާ އަމިއްލަމަން ހަމީ ދިރިއުޅުމުގައި އަރަތު ލިބި މަރުވި ޖީހާއެވ. ނަސީބަކުން މެޑިކަލް ސިސްޓަމްގެ ޝަކުވާ އަސާސެއް ނެތް ކަމަށް ބުނެ ގޮތުން ބާޠިލުކޮށް އަހަރެންގެ ފަރާތުން ހުކުމް ކުރީ އެވ. މެޑިކަލް ނިޒާމުން ބުނި ގޮތުގައި އަޅުގަނޑު މެޑިކަލް "ސައިންސް" އަށް ހުރަސް އަޅައި އެކަމަކު އަޅުގަނޑުގެކަން ކުރާނެ ކަމެއް ނެތް ވިޔަ އެދުރުން، އަޅުގަނޑު ހަމައެކަނި ދަރުއަކަނި ގޮތުރަށްވަކުގެ މަގު އަދި މި ތަނުގަވެ މަދުން ޖީހުން ދުވަހުތު ސިއްހަތުގައި ބަހައްޓާމާއި ތަނަވަސްކުރާން، އަދި ނަތީޖާއެއްގެ ގޮތުން، ދަ... income way of doctorsބަލާ ކޮންފަރި އާމް ނަމަވެސް އެއްވެސް ވިޔަފާރިވެރިއަކަށް ކަމުނުދާ އޭނާގެ ފައިސާ ގެދުރުގެ ވިޔަފާރި ހަވާލުވެގެން ދާނެ! ތި ކާނާގެ ފަތްސަވާ މަސަކާތް މި ފޮތުގެ އިތުރުޝާދަރާކު ތި ވިޔަސްނުގެ މުޖުތަމައު އުފެދިފައިވާ "ތޮ-އިޖިން" ފޮތުގައި މެޑިކަލް ސައިންސްގެ ގެސްކަމާއި ގެއްލުން ސާބިތުވާ ބައެއް އަސާސީ ނުކުތާތައް ފާހަގަކޮށްފައިވެއެވ.

އަޅުގަނޑު މި ޖަމިއްޔާއާއި ކުލަބުގެ ފްލެޓަން ވަރަން ބޮޑެން ބަރުސާވަސް އަޅުގަނޑަކުން ލިބިފައި އޮތުމުން ހަ އަހަރު ދުވަހު އަހަރެންގެ ހުރިހާ ވަގުތެއް ބޭނުންކޮށް، ދުނިޔޭގެ ހަރަކާތްތަކާ ދުރުގައި ހުރެ، ބޮޑުކަން މަސައްކަތްކުރުން، ފައިސާ ހޯދުކުރި ގޮތް ސާބިތުކުރުންތަކާއި އަދި އަޅުގަނޑުގެއާއި މުޅި ތަމަޅުގެ އަސްލު މުޅިބަރުންގެ ފަރާތުން ފަރުނިތަރު ގެދުރު އިދިކާޅު ފަރާތްތަކާ ހަވާލުކުރުމުގެ ފުރުސަތު ލިބުނީއެވ. އަނިޔާވެރި އަދި ފައިސާއަށް ލޯބިވާ މުއްސަނދި ވިޔަފާރިވެރިއެއް ކަމަށްވާ އަލްފާޒިލް ޖަވާބު ރަމަޟާނީ؛ ތި ވިޔަސްނިޔަމްގެ ވަރަން ސާދާ އަދި މާލޭ ފަތްސަވާގެ ފުން މާނަ އޭނާއަން ނުވިސްނުނުއިރު، އަޅުގަނޑުގެ ޒިޔާރާ ޒިޔާރަތްތަން އޭނާ ހިލުރި ސައިންސްގެ ތަރައިން އަވަރަން މަސްޖިދަން ވާސިލްވާނަ ކަމަށްވ. އޭނާގެ ޒިޔާރު އެހާ ބޮޑެން އިމާންވ، އަމިއްލަ ނަފްސަން ތަޖުރިބާވާ ހުރިހާ އަހަރެން ގެދުރުން ވަލީކަން، އަހަރެންގެ ބަދުރުގައި އަމިއްލަމަން ބެހެއްޓުމާއި ގެދުރުގެ ފާރުންގެ ބަދުރުގައި އޭނާގެ އިތުރު ފަތްސަވާ ބެހެއްޓުމަން ނިންމިއެވ. އެމީހުން ތި އިޖިން ފޮތުގެ ބަދުރުގައި ޖޭ.މަޖިލީގެ "ކައިގެން ރިޕޯޓް" ފޮތް ބަދުއްބިއިގެން ޚާއްޞަކުރުންގެ އެޕްރިލްގައި ގެފާ ހަވާލުވ އެވ. މި ނުކުތާތަކުގައި މަޤްބޫލު ޕާސިފިކާރުމަކުގެބާއި އެކަށް ސަބަބަކީ ޒިޔާރަތްތުގައި، ޑޮކްޓަރުން މުޖުތަމަޢުގައި، ދަރުވަރުދުގައި، އިންޖީނިއަރުންގައި، މަޖުބޫރުކުރުމުގައި، ސްޓޭޓްކުރުން ފަދަ ކަންކަން ބޭނުންކުރުން ޖެހުނެވ .

ތި ކާނާ ކުއްލިން ރިޕޯޓުގެ ސިރިއަސް ބަލިޔަކުން ސަލާމަތުވި އުމުރުން 28 އަހަރުގެ އެޑިޓަރެއްގެ އިންޖިނިއަރެއް ކަމަށްވާ މިސްޓަރ މަރުޒާޕީ ވަހި އެބައް މަޅުއް ވަންދަން ކުރަށް މަރާމާތު ކުރުމަން އަޅުބެރިވެފިޔަވައެވ. ކުރަހަބޭގެ ހުރިހާ ވިއަރިންގެ، ފްރަތްބިންގެ، ފުއިންޖިންގެ އަދި ކާފިންޖިރިގެ ހުރިހާ މަސައްކަތްތަކަށް ފަހުރުވެރިކަމާއި ކާންދުއްވި ހުނަރުވެރި ޖަވާނުކަމެވ

އަލްފޯސިލް ސަވޮރިޔާއަށެވެ. ދެން ހަ މަސް ދުވަހު މުޅި ކްލަބާއި ބޯސްޓަންސް މެނޭޖް ކުރި އެވެ. އޭނާ ވަނީ ރޮ ސަވޮޔް ތަޢާރުފުކުރުމުގެ ގޮތް ދިރާސާކުރެން "ރޮ ވިޔަން ފޮޔްސް، ދަ އޭންޖަލް ހިއުމަން ފޮޔް" ގެ ނަމުގައި ފޮތެއް ލިޔުއްވާފައެވެ. މިސްރުގެ މަސްރަހީ ބޭނުންވާ މުޖުތަމަޢަށް ދަސްކުރަނިވި ކުންފުންޏެއް އުފެއްދުމަން ނަމަވެސް އޭނާގެ ފިލްމު ނުނިމި ދޫކޮށްލާ އެކަޑަމީއާ ޖޯން ނުލިބުމުންނެވެ؛ މިސްރަށް މަސްރަހީއާ މާ މުއްސަނދި ބައެއް ނުން، އަދި ކްލަބް ބެލެހެއްޓުމަށް ކުރަ މުސާރައެއް ދިނުން އޭނާ ބެހެއްޓިނަމަ، އަދިގަނޑުމަންނާ ކްލަބް މި ނިކަމެތި ހާލަތުގައި ނުހުންނާނެ، އެކަމަކު މިސްރު ރަމަޟާނީއަށް އުނދަގޫ ކުރުވަން ވަރަކަށް އޭނާ އަހަރުމެންގެ އަތުން ފިލައިގެން ދިޔައެވެ އަދި އޭނާގެ އުކުޅިންނަށް ބުނީ: "އަހަރެން ދާނަން، ކަލޭކާފައި ކާން އަދި މަރުވާނަ" ކަމަށެވެ. އަދި ހަމަ އެގޮތެވެ. ހުރަވުޝާރަށް ގޮސް ކާޝޯރަސީ ބޭނުންކުރަ ވަކިފާއެއް ހުރަދިގެން ގެއާއި ރަށްބެހިނާއި މިހުންނާ ދުރަށް ބަދަލުވެ، އުކަނިވެރިވެ، ކަރުކައި، ނަމިޤާއެއްގެ ގޮތުން ހިޔޭނީގެ ބަލި އަށުން ފޮނިގެން މަރުވިއެވެ.

މިސްރަށް މަށަރަށް ސައުދީ ޢަރަބިއްޔާއަށް ކެލަބަން ބަރަކާތް މަސައްކަތުގަ ކާން އުޅުއްވީފައިވީ ނަމަވެސް، ރޮ ވިޔަނަށް ދިޔުން ގެލްސަވާ އެންމެ ރަނގަޅަން ވިސްނި، އަބަދުވެސް އޭނަ ހިތާމަ ކުރުމުގެ ސަބަބެން، އެއީ މިސްރު ރަމަޟާނީ އާނާއަށް ދެކޮމެންޓުގެ ގޮތުގައި، މިޔޫތަން ބަލާލީއެވެ. ބޯޖު ރޫޙާމަފުށައެވެ. އަލްފޯސިލް ސަވޮރިޔާގެ ޝިރާޒަން ވަޔައިގެންނެވިއުރު އަލްފޯސިލް އަބުލްފަޟްލް ސަދުރާމު ވަޔައިގެންނެވި ޔަހުރުމަށް، އަލްފޯސިލް.

ރަމަޟާނީ އާއި އަލްފޯސިލް ކައިރާނީ މަޖިލީހީ، އަލްފޯސިލް އަބުލްފަޟްލް ކައިރާނީއާ މުނިސްމު މިހުރި ނޫނެ، އޭނާއާ އަލްފޯސިލް ރަމަޟާނީއާއި އޭނާގެ ވާފަތު އުކުޅިއާގެ ގޮތުގައި މިހުރި.
މި ވަގުތު ވަރަށްގެން ތިން ހަތަރު ފަހަރު ރާއްޖެއިން ބޭރަށް ދަތުރުކުރިއިރު، ރޮ ވިޔަންސް އިން އަހަރެންނަށް މުޅި ދުނިޔޭގައި ދައުވަތު ދީ، އެމީހުން އަހަރެން ދެކެން ބޭނުންވާ، އަދި ބަލައް ފަހަރު އެމީހުން ބަލާލަން ވެސް ދާން ޖެހެއެވެ. މި ހާލަތުތަކުގައި ރަމަޟާނީއަށް ފައިލް ހުސްތަން ފެނިވަޑައިގެން އޭނާގެ ހުދުމުހުތަރު ވެރިކަން ފެއްޓިއްޖެއެވެ. އަޅުގަނޑުމެންގެ އަތުގައި އެބައޮތް، ހެދުމާ ކަމެއް ކުރިން ދެނެގަން، މިފަދަ ހިލާފުތަށް ހުއްޓުވުމަށް އަޅުގަނޑުމެންގެ ބާރު ހަރުދަނާކަން ގެއްލިފައިވާ ތަޢުލީމީ ބާރަށް ފިޔަވަޅު އަޅުއްވަފާފައިވާ ފޮނުވާ އަސާސީއެއް؛ އެކަމަކު މިސްރު ރަމަޟާނީއަށް ފޮނުވައި ނުނިގެއެވެ. އޭނާއަށް އޭނާގެ އަރުވަލީ ފޮނުވާ.

،21 ،18އަދި 29ވަނަ މާއްދާގައިވާ ގޮތުން ރަމަޟާނީ އާއި އަލްފޯސިލް ޖެހޭ.
ކައިރާނީ ފޮނުނީ ގޮތުން މުޖުތަމަޢުން ބާރުކޮންމެއިރު، އަޅުގަނޑު ދަރާޖަން އެމީހުން ކުރި ކަންމު ފިޔަވަޅު ފޮނުވާ ހިލާފު އަދި މަޖުބޫރުކޮށްގެން ކުރި ފިޔަވަޅަކެވެ. އަޅުގަނޑު ބޭނުންކުރަ، އަޅުގަނޑުގެ ބާރު ވަގުތުން ބޭނުންކޮށް، އެމީހުން ދުރުކޮށް، ޖަމްޢިއްޔާގެ މެނޭޖްމަންޓް ހަވާލުވެވުނު ނަމަވެސް، ކިބައިން އާދަޔާ ހިލާފު ކަމެއް ކަމުގައި ހިފިހަސް، ހުއްޖަތެއް ރަމަޟާނީގެ ހިފާ އަދި ހަރުކަށިކަމާ ދުރަށް އަޅުގަނޑުގެ ހުއްޖަތް ޝަރުޢީފިޔަވަޅުގެ އާގެ ހިފާހަށް ޖަވާބުދާރީ ޖޫރިމްއާއަށް އާހިތްޔާރުވާ ބޫޅުއް ކަމެވެ. އޭނާގެ ބަޔަކާއި ސިމިނާރުއް އިންތިޒާމުކޮށްދީފައި އާއެވެ. އަހަރެން އޭނާ ދެރަވާކަން ބޭނުމެއް ނުވިއެވެ؛ އަހަރެން އަބަދުވެސް އިންތިޒާމު ކުރުމުން ދިރާސީ އޭނާގެ ގެސް ގަބޫލުކުރަ އަހަރެމެންނާ ގޮތަށް އަންނާނެ އިރަކަށެވެ.

ފަހަރެއްގައި އޭނާ އަހަންނަށް މަލާމާތްކޮށް ދެކެވެ ސައިންސް ގަބޫލުކުރާ އަމިއްލައަށް ބުއްދިވެރިއެއް ކަމަށް ބެލެވުނު ނަމަވެސް އަހަރެން އެކަން ނުކުރަން. އޭނާ ވިދާޅުވި "ހަނދާންކުރަމަށް ކުރުމަށް ހުރިހާ ބާވަތެއްގެ ވަސީލަތްތަކާއި ޒަމާންތަކެއް ބޭނުން ކުރަން ޖެހޭނެ" ކަމަށެވެ. ރަމަޟާނު ވަނީ އޭނާގެ ރައްޓެހިންނާއި ކުލާސް ކުދިންގެ ތެރޭއިން އެކަކު ކަމަށްވާ މިސްޓަރ މޫސާތާން ޒުވާން ބެލެހެއްޓުމުގެ ދިރިހަލަކުން އަހަރުންނާއި، ރަސްމީ ގޮތުން ބާއްވާ މަޖިލިސްތަކުގައި ވިދާޅުވެދެން ތިބޭ ހުރިހާ ފަރާތްތަކުގެ ޙައްޤުގައި ބޭނުންތަކެއް ގެންދަވާ ރަމަޟާނުގެ އަމިއްލަ އެކަމުގެ އުނަގަނޑުތައް. މިފަހަރުން އަޅުގަނޑު ރަމަޟާނު ޔައުމުކުރަނީ؟ އެއްވެސް މިހާރު ތަރައްގީ އަދި އެއްވެސް މިހާރު ޖަވާބު ނުދެއްވައި. މިސްކިތު ރަމަޟާނު ވަނީ ސިފައިގެ ހަދަފާތެވެ؛ ހުކުރު ދުވަހު އަންގާރަ ދުވަހު 16:00އިން 20:00އަށް އަދި ބުރާސްފަތި ދުވަހު 13:00އިން 15:00 އަށް ލާރުކަށް ދިނުމާއި ބަލިމީހުން ޓީޗަރުންނާއި ނިއުޒިލެންޑުގެ ނިޔަލާގެ ބަލާގެ ކޮއްޓާއިފައިވެ. އަޅުގަނޑު އަމިއްލަ ހަރަދުގައި ކޮޅުތެރެއިވާ ޗިލްޑްރަންގެ ތެރޭގައި އޭނާ މި މެއްދަމު ޖެއްސަސް، ރަމަޟާނު އިސްލާމީ ކުރުކުރަން ފަދަ ރަށް ނުކުރާނެއެވެ. ދެކެވޭ ސިފައިގެ އަޅުގަނޑު ޝައުޤު ކުރި އަޅުގަނޑު ދެކެވޭ މަސައްކަތްތަކަށް ހުރަސް އަޅައި، މުޅު މިސްކިތު ރަމަޟާނު މިކަން ކުރައްވަނީ.

އެމީހުން ކުލަބްގައި އެކިއުޅެންތާ ކުރަން ފެނި ދުވަސްތައް ކަނޑައަޅަނީ؛ އަންހެނުންނާއި ކުޑަކުދިންނާއި މުސްކުޅިންނާއި ކުޑަކުދިން ފެނު ކައިރީގައި އިރުނދަމުން ތިބި ކަސްފުތާއި ނަސްފުތާއި ތަންކޮޅުއާއި އަތާއި ކަކުލުގައި އިނގިލި ޖަހައިގެން ހިމޭން ބުނެވަކައް ފެނިއްޖެ! އެމީހުން ތިބި އިސްތިޖާބުގައި އިސްތިޖާބުގައި ބަލައި ނިޔަފައިން ފެންމާލައިގެން ނުކުމެ އެމީހުން ސަލާމަތް ކުރާނީ އިރުކަހެވެ!

ކައްކާ މީހުންގެ ޖާހިލުކަމުން ނިއުޒިލޭންޑް ކާނަކަމަށް މަޖާ މަސްތަރުތަކެއް ހެއްދެވެ؟ އެ ކުރެބޭގެ ސްޓޫކަރު މެދުވެރިކޮށް ޖެހ.ނަވާބު ތަގުދީރު ކުރައްވައި ހުވަފެނުގެ ޒިޔާރަ އެއްބަސް ނުވާކަން އިއްލާން ކުރައްވައިވެ. ވަރަށް ރަނގަޅަށް އަލްފާސިލް ނަވާބު، އަޅުގަނޑުގެ ފަރުސާފާ އެއްބަހައް ނުވާނަމަ، މި ކުރެބޭގައި ތިޔަ ކުރައްވަނީ ކޮންކަމެއްތޯ؟ ދުނިޔޭގައި ނާ ތިމާ ނިސްބަތްވާ ފަރުސާފާ ދުރުކުރު އެތައް މިލިއަން ބަޔަކު އެބަތިބި، އެ އަންމެންނަށް އަޅުގަނޑު ފަރާތުން ތަބާ ވަރު ދަރިންތަކަށް ދުރުކުރަން ފަރާތް ފިކުރުތައް ހެއްދުމަށް ނޫނީ އިހްތިރާމް ލިބިގެން ގެއްލިގަތުމުން ހުރި، މިކަމުގެ ސަބަބުން ރަމަޟާނު ރަތުވައި؛ އޭނާ ގޮތުގެ ދަރީގެ ވަރު ބަދަލުކުރަން، އަހަރެން އަމިއްލައަށް ފިޔަވަޅު ޖެހުމަށް ގެންދިޔުމަށް ޙާއްޖަތެރިވާ ނަގަނީ، ބަލައިގަނެ ފަސް ދިނުމަށް؛ އަހަރެންގެ އާޚިރުގެ ދުރު ވަރުވެގެން ހުރުމުން އަހަރެން ޖެހިނީ ހެދުން އަހަރެންގެ އާޚިރަށް އޭ ދުރަށް ހުވާކުރެވެ. ކާރިޖެއިން ކުރެބޭގެ އަންހެނުންގެ ދުރު ފަސް ފަހަތުން ވަރުވާޚައިގެ ހުރުމެވެ.

އާ ޖެނަރޭޝަންގެ ބޭބެ ޒަވަރުލީ ވަގުތު ޖެހުނެވެ. އަލްފާސިލް ރަމަޟާނު ސަލާމު ކުރިއެވެ

ބަޔެއް މީހުން ދައުލަތުގެ ވަޒީފާތަކުގައި ކުރަމުން ދެވެ. ދައުލަތު ޚިދުމަތެއް ލިބޭ ސިޔާސީ ވަރުވަރު ބަހައްޓާފައިވެ އެވެ. މިސްކިތު ރަމަޟާނު މި ސިޔާސީ ވަރުވަރު އޭނާގެ ގައިން ގޮންޖެހުން ސްކޫލުގެ ގަޑި ޓެސްޓް ކުރި ނަމަވެސް އޭގެ ތެރެއިން އެއްވެސް ސިޔާސީ ވަރުވަރު ވެސް ޓެސްޓް ނުކުރެވި، އެއްވެސް ސިޔާސީ ވަރުވަރު ޓެސްޓް ނުކުރެވުނެވެ

ޖަމާއަތުގެ މެންބަރުންގެ ތެރެއިން އާ ޖެނެރޭޝަނުންގެ ޓީމު އިންޑިޔާޒު ކުރުމާ ބެހޭގޮތުން އެނގިވަޑައިގެންނެވިއެވެ. މިދުވަސްތަކުގެ ތެރޭގައި ރަމަޟާނީ ފަރީ މެންބަރުންގެ ހުރިހާ ލީޑަރުޝިޕްތަކެއް އެއްކޮށް އެމަނިކުފާނުގެ ގެއަށް ގެންދާށެވެ. އޭނާ ފަރީ އެއްވެސް ޕާޓީ މެމްބަރެއްގެ ގޮތުގައި ބަޔަކުން ގޮތަށް ވިސްނުމަކަށް ދާސްތާނަކަށް އަމިއްލަކަށްވެއެވެ. މިއީ ބޭނުމީ ކުރެވެއެވެ. ފަހި ޖެންޑަރު މަސްއަލަ މެމްބަރުކަން ވާން ބޭނުން ކަމެއް ހިނގާ ރަމަޟާނީ ގޮތް ސިޔާސީ ކުރުމުން، ޕީއެފްގެ ނުކުތާ ގަބޫލު ނުކުރީ؟ އަދި ޖަވާބު ދިނެވެ: "އަހަންނަށް އޭނާގެ ސިފަ ކަމެއްނޫނެވެ." ދުނިޔޭގެ އެއްވެސް ހުކުމުހާމަ ފެނިދަނީ މިހާ ރައްކާތެރި ޖަވާބެއް ދޭކަށް ތަޢާރުފް ނުވެއެވެ. އޭނާގެ ގޮތުގައި ރަމަޟާނީ ރައްޓެހިންނާއި ދަރިންނާއި މުސްލިމުންނާއި އަވަށްޓެރިންނާއި ގާތްތިމާގެ މުސްލިމުންނާއި އެހެނިހެން މުސްލިމުން ދެކޭ ނުހަމަ ދުއްވައިލާއެވެ.

އިންޑިޔާބު ބާއްވާފައި ކަނޑައެޅިފައިވާ ދުވަހު ރަމަޟާނީ ހެޔޮބަސް ވަނީ ނަމަވެއެވެ.

ފަތް ރޯ އިލިޔާސް ފްރޮޑަކްޝަންސްގެ ގެރޫފްކާއި އާ ގާނޫނު އަސާސީއެއްގެ ޗެޕްޓަރުކޮ، އާ ނަމަކާއިކު، އާ މަރުކަޒީކާއިކު އަދި އާ ޖަވާބުދާރީކޮ، އެއި އަލްޕާސިލް ރަމަޟާނީ އޭނާގެ ގޮތުގައި ފާސްކުރެއްވި އެންމެ "ސިއްރު" ވީޑިއޯނެވެ. އޭނާ އަމިއްލައަށް "ސިއްރު" ވީޑިއޯން ޙަވާލުވާ ޖެނެރޭޝަނުންނާއި އެހެން ބަދަލު ތެއްޓާލީ ކުރެއްވި ވިދާޅުވި "ކޮންމެ ހިނގާ އެއްބަސްވާ ހިނގާ އަޅު އުޅުނާ" ކަމަށެވެ. ކުރީ ސިޔާސީގެ ބައެއް ހައިރާންކަމާއި އަޅު އުފާވެރިކަން މިސްބާރު.

ރަމަޟާނީ އިއްޔާން ކުރައްވަނީ "އެއީ ފްލަސްކުރި ކަމެއް" ކަމަށެވެ. އެ ކުރިޔަށް ހަޑި ބައެއް މަރުކަޒުތަކުން، މުޖާހަދާ ކުރި އެވެ. އަބުގަނޑުގެ ގެއިން ކުރިޔަށް ވަނީ އިއްޔާން ކުރި ރަމަޟާނީއަށް މުޖުތަމަޢުގެ މެންބަރުކަމުން އިންސާނުން ކުރެވިގެންވާ ޖީނު ދުވަސްތަކެއް ފޮނުވައިލާޖީ، ޕާޓީފުޅުގެ ހައްޔަރުކޮށް އަދި އިސްތިއުފާދެއްވި ހާމަކުރިއްޔާ ކުރުމުގެ ހައްޔަރުކޮށްފައި ނުވާ ކަމަށެވެ. މި އިންޑިޔާބަޔަށް ބޭނުންވާ ހިފުން އަދި ފަތް އިންޑިޔާބައި. އަލްޕާސިލް ރަމަޟާނީ މި އިންޑިޔާ ރަދީސްތަޔާ ކުރެއްވުމުގެ އަބުގަނޑުގެ ނުކުރި މުޖާހަދާ ކަމުގެ ނުކުމެއް ނުވެއެވެ. ޖީނު އަބުގަނޑުގެ ޖަމާލުތަކުން ގުޅުންހުރި ޖަމާލުކަމާ ދަރިވަރުން ނުވެ. މިއީ އާ ނަމަވެސް، އާ ތަނަވަސް، އާ މަހްބޫބުކަން، އާ ރަހުމަތް، އާ ފުރިހަމަ އިސްލާމް، އާ ޓީމު ތަކެއް، އާ ބާރުތަކާއި ބޯމަތީ ރައްކާތެރިކަމާއި އާ ޖަމާއަތެއްވެއެވެ. ކޮންމެ ހިނގާއެއްގެ މިނިވަންކަމާއި އަމިއްލައަށް ލިބިގެންވާ އިންސާނިއްޔަތުން، އެއް ވިސްނުމެއްގެ މަގު ބަދަލު އެއްކޮށް، މުޖުތަމަޢު އުފައްދައި، އެ ލިބިގެން ރަމަޟާނީ ކުރެވިއްޖެ؛ އެކަމަކު ތަރުތީބުގައި އެއިރު ފާސްކުރި ޖަމާއަތެއް އިސްލާމްގެ ޤާނޫނުތަކުގެ އާބާދީއެއް ވެސް، އަމިއްލައަށް ފަތް އިންޑިޔާބައި އިންޑިޔާޖީނުން، އެ ޖަމާއަތުގެ މައިގަނޑު ބާރުން ވަކިކުރި، އަސްލު އާބާދީގެ ހުރިހާ މުސްލިމުން އަމިއްލައަށް ދެމިއޮތަނީ ކުރިއަށް ނިގުޅާނެއެވެ. މިއީ ދުނިޔޭގެ ސިޔާސީ ވަރުގަދަވެރިޔާ، މާލީ މަސް ބަދަލު ގެންދާ ހިއްވަރު، އެ ސިޔާ ދުނިޔޭގެ ހަރާމްކުރާ ކުރާ ކަރުދާހެވެ. ރޯ އިލިޔާސް ޝޯކޭސިޔާ ޓީވީބަރުންގެ ގެސް ހަރަކާތް ދެކޮޅު ހަރަކާތްތަކެވެ. ގާނޫނުގެ 17 ވަނަ މާއްދާގައި ބުނެފައި ވަނީ "ހަމަ ރޯ ފިޔަން އެއް ދުވަހަކުވެސް ނޫން" ކަމަށެވެ

ބަލިވެ ބޭސްފަރުވާއާއި ފުރާސިޔަރސް ބޭނުން ނުވާތީ."

އެކްސިޑެންޓްތަކާއި ކެރަށްތަކާ ގުޅޭގޮތުން އަޅުގަނޑުމެން ތަމްރީން ކުރަނީ އެންޓިބަޔޮޓިކްސް ނެތި، ސިޓަމް ނެތި އަދި ޖަނަވާރުގެ ފުރޮޓީން ނެތި އޮޕަރޭޝަން ކުރާނެ ރޯ ވީގަން ސާޖަން އެވެ.

އެމީހުން އަހަރެން ގާތު ބުނަނީ "ޕީއެފްވަ މި ގޮއްޗެހެއްސާ އެއްބަޔަށް ނުވަނީ ޕީއެފްޑީން ހުއްޓުވޭ؟"

ކާ މީހުންނާއި ރޯ ކާނާގެ ވާހަކަ ދައްކަނީ؟" އޭއި ތެދެއް ނޫނެވެ. ޑރ.މަޖްދީ މީހުންނަށް ބުނަނީ: "ބަޔައް ފަހަރު ކައްކާފައި ވުޅު ކާލާފައި، މައްސަލައެއް ނެތެވެ." އަދި އޭނާ އަމިއްލައަށް ކާ ކަމަށް ޑރ.

ޑރ.ރަޝީދީ (އަހަރެން ބޮޑު މެމްބަރުންގެ ތެރެއިން އެކަކު) ގެ ލޫކާއި ސިފައަށް ބަލާއިރު، އޭނާއަކީ ރޯ ވީގަންއެއް ނޫންކަން ވިސްނޭނެއެވެ. މި ގޮއްޗެހުން ވަނީ ރޯ ފުޑް ކެރަބް އިންޝިއުރަށް ކުރުމުގެ މަރުކަޒަކަށް ހަދައި، އެމީހުންގެ އޮޕަރޭޓަކަށް ކަސްޓަމަރުން އެއްކޮށްގެން މަޝްހޫރުކަން ހޯދައިދިނީ އެވެ. ޑރ.ނަވާބް ޖެހެނޮބަރުންގެ ބޮޑުގެ ޓްރާމަނަކަން ފެލޯޝިޕްގެން، އަމަނިކުފާނުގެ ރިޓާޔަރމަށް ވާނީ ކޮން ގޮތަކަށްތޯ؟ ހަމައެކަނި ހެލްތުއަކު އެއްގޮތުން ފުރޮޓީން އާއި ވިޓަމިންގެ ވާހަކަ ދައްކަނީ އޭގެ ހުއްޓުވޭ؟ ކުރަބުގެ ކަންކަމުގައި ރިޓާޔަރމު ބަލަހައްޓަންވާނީ ރަނގަޅު އެވެ.

އަޅުގަނޑު ހިތަށް އަރަނީ ޕީއެޗްޑީ ޑރ.މަޖްދީ، ޑރ.ނަވާބް، ޑރ.ރަޝީދީ އަދި އެހެނިހެން ބޮޑު ރަމަޟާނީ ހޯލު މެމްބަރުން، އަޅުގަނޑުގެ ފެމިލީފާއާ ޕްރޮފެޝަނަލް ދުނިޔޭގެ ނަމަވެސް، މި ވަރުވެރި ސްޓޭޓްމެންޓް އާއި އެކު މި ފޯރަމް އިންޑިއާބެގައި ބައިވެރިވެ، އިސްޕިރޭޝަނުގެ ބޭނުން އަދި ޖެރީމަނަންޖް ހުވަނަސިޓީއަށް ސްކޯލަރޝިޕް އެއްބަސްވާ ޕީއެޗްޑީ ހުއްޓުވޭ؟ އެމީހުން ފުއްސާލާފައިވާ ބަދަލުކުރުމުގެ ބަދަލުގައި، އަޅުގަނޑު އެހެނިހެން ރުވަވާ ދަރަޖަ ބޮޑެތިއްޖެ ކެރަބު އަޅުގަނޑުގެ ބައިވެރިން ނަގައި، ގުދުރަތީ ނަތީޖާތަކުގެ ހުރިހާ ސާމާނާއި ވަސީލަތްތަކުގެ ރަނގަޅު ވާހަކަތަށް ރަށް ވަގުތީ ލަމީން "ސައިންޓިފިކް" ލޭބަލް ބޭނުމެއް ނުވެއެވެ. އަޅުގަނޑުމެން ގުދުރަތީގެ އަދިވެސް ގަބޫލުކުރާނެ "ކައްކާފައި ހުންނަ އެއްޗެހި ނުކައި، ޖަނަވާރުތަކެއް ނުކައި، ކަމުދާ ވަރަކަށް ތި ވީގަން ކާނާ ކައިމާ ކަމުދާ އެއްޗެއް ކާށެވެ." އަޅުގަނޑުމެން އިތުރު ފާހަގައެއް އަޅައިގަތަން ނުޖެހޭ.

މިސްރަބަރަ ތަމަޢާނީ އަމިއްލައަށް ސައިންސްފިޔައެއްގެ ގޮތުގައި ތަޖުރިބާކުރުމުގެ ކަރަދުވަރު ކުރައްވައެވެ. ރޯ ކާ މީހުން އަހަރެން ވަރާލައިގެން ސްވާލު ކުރާއިރު މިސްރަބަރަ ތަމަޢާނީ ވާހަކައަށް ވަނި ގެލޯޖިސްޓް އާއި ގުލޫޓެންގެ ވާހަކަ ދައްކަނީއެވެ. އެއްދުވަހަކު ޖިސްމާނީ ތަހައްމަލުގެ ދުވަހުގައި މިސްރަބަރަ ކައިރީގައި އަހަރެންނަށް ހުވާދަރުވެސް ފަރާތެއް ލަހަކާ ފަހަރެއް ނުލިބުނެވެ. އަޅު ތުފުކާގެ ކައްކަމުގައި "އާރުމިނިއާ، އަރުމިނިއާ، އަރުމިނިއާ" އެވެ. އަރުމިނިއާ އަކީ ވަރަށްބަރުގެ ލަހުނަށް ކަހަލަ ގޮތަކަށް! އަހަރެން ފުރުރުވެރިވަނީ އަރުމިނިއާ މިހަކަށް ވުމުން އަދި ފުރުރުވެރިވަނީ އާރިޔަން މިހަކަށް ވުމާއި ފެރިސިވަކައި އުޅޭތީއެވެ. އަރުމިނިއާ މީހުންނަކީ ދުވަހަކުވެސް ފެރިސީންގެ ރައްޔިތުންނާ ނުބައިކަން ކަންތައްތަކުގައި ބައެއް ނުން ކަމަކާއި އަބަދުވެސް އެމީހުންގެ އިޒްތިރާމް ލިބިފައިވާ ބައެކެވެ. ފެއްދުމަކަށް މުދުގައި ނަފްރަތު އުފެއްދުމަކީ އެންމެ ނުބައި އެއްކަމެކެވެ. މިފަދަ ކަމެއް ދިމާވި އެއް

ދުވަހެއް ބޭޒު ބައްދަލުވުމުގެ ތެރޭގައި، ޖުލާބާއްގެ ތެރޭގައި، ޤ.ރ. ކާރުގެ ހިތްހަމަޖެހުން ކުޅެއްޔާވާލާ ގެއްލި، އަހަރެންގެ ހަރާތުގައި މަގުމަތީގައި ތިބި ޗީޒުގެ އަސަރެއް އެކަނި އަޖައިބުވެފައިވާ ކަމަށް ހުވާކުރަން ފެނިއްޖެ. އަހަރެން ހިތްހަމަޖެހިފައި އިރުއަރަމުން އިންދިރާ، މި އިރުގަޑީގެ ހިތިވެގަނެ ފިކުރު އަހަރުތަކުން ގެއްލި، އޭނާ ބުނާ އައްޑޫއަށް ނުވިސްނޭ ގޮތް ހައިރާންކަމާއެކު ބަލަން ހުއްޓުން. އޭނާ މޫނުމަތީގައި އަތް ޖެއްސާލަމުން ބުނެލިއެވެ: "ކާފަ މަރުވެގެން ގޮސް ކަފުނު ކޮށްލީގައި އިރުސަވަނަށް، މިއޮތީ އަހަރުމެންގެ އެއްކައުވަ، ކަފުނު ކޮށްލީގައި ނޫން." އެހެނީ މިދެ ކުރިން ވެސް އޭނާގެ ސިފައިގެ ހިތާމަކަން އަހަރެންގެ ގައިގައި ބައްދާލައި، ބޮސްދީ މަޑުމަޑުން އެދުރުން، އަހަރެން އޭނާއަށް މަގު ކުރިން؛ އެކަމަކު ދުވަސް ފަހަރަށް އެކަން ނިމުމަށް މެދުވެރިން ބޭރުނުކުރެވޭ. އެކަމަކު ޖެހުނީ، އަލުން އިޖާޒަތްދެއްވާ، ހަމައެކަނި ޖެހުނުކަމަށް ބާރުއެޅުމުގެ ގޮތުން ޖަޒީރާގެ މޫނުބަލާކަށްވެސް އޭނާ ފަޅުވެރިން.

އަހަރެން ބޮޑުއަޚުވާރުގެ ގޮތުން، މިސްބަރު ޙަމަޖެހި އަހަރެންގެ ކުރި ނުދަށްކަމަށް ފަސް އަހަރެވެ މަސްވެރިކަމެވެ. އެއްދުވަހަކު އޭނާ މާދަމާގެން ކުޅަބަން ވަރު އަހަރެން މަދު ބަޔަކާ ރޯ-އީޖީންގ އާއި ބައްޔާތޯން ވާހަކަ ދައްކާތަން ފެންމަން އޭނާ ގޮވާލިއެވެ "މިތަނުން ނުކުމެބަލަ" އެވެ.
ދެން އޭނާ ދަނޑުގެ ފަރިތައަން ނަގާ މަސައްކަތްތެރިޔާއަން އަމުރުކުރީ: "މިކަން ބޮޑަށް އުނާލެގެވެ." މި މަސައްކަތްތެރިޔާފަސް އަހަރެން ކާއްޕާތަކައި އެތެރެއަށް ވަނުން ދުވަހުގެ ސިޔާން ބޮޑަށް އެއްލާލުމުން އަހަރެން ޖީންސްމަތިކަން ފައްޓި އަހަރެންގެ ބޯ ސައިކަލްގައި ދޭ ބޭނުވިއެވެ. އަހަރެން ރޮ ފޫޅުބޮޅުވެ ނޫން ނަމަ އަހަރެންނަމަށް ސޮއިކުރެއް ދޭރުސް. އަހަރެމެން ފުރުސަ އޮފީހަން ގޮސް އެތެރެ ދޭނާރު އެއްޗެއްސެއްބަ ނުނުފެނިވީ މި މަސައްކަތްތެރިޔާ އަހުއުޅުއް ބޮޑު ބަހަރާވެސް އަމިއްލައަށް ބާރުވާ ފަރާތުންވެސް ބޭނުންވާ އެއްޗެހި ބަޔަކު ކަހައްޕާނެ ކަމަށް ބުނެ ނުކުމެ ހިނގައިދިޔައީ "އަޖައިބުވާ ބޭނުމަކީ ބޮޑަށް އިސްރާފުވާނެ ކަމަށް ވަގުތު ބުނެ ހުރުމުގެ ބޭނުމެވެ." ރޯ ކައްމަން އޭނާއަށް އައީ ދިނު ކަށިވެރިކަމަށް ފާޅުވިއެވެ! މިސްބަރު ޙަމަޖެހި ފަސް އިންސައްޔާބަށް ބައްދަ ކަރުދާސްބައްދަ ދައްކަން ބޭނުމާ ނަމަވެސް އިންސައްޔާބަށް އަ ކަރުދާސްބައްދަ ފެށުމަށް ޖެހިލުމުއްޔެވެ. ހަމަ ތަޖުރިބާވެސް، އަމިއްލަ.

ޙަމަޖެހި ބޭނުންވި އޭނާގެ މަސްތުވާ ފާހަގަކުރަނީ ދައްކައި، އޭނާއަކީ މުޅި ބިމަކީ ސަލާމަތްކަން ސާބިތުކުރަން ބޭނުންވާއި، އަދިގައި ތެރޭގައި މީހާވެސް ސާބިތުކުރަނީ. މިބާ އަހަރެންނަށް ކުރަން ބޭނުމިއްޔެވެ؟ އަހަރެން މާލެކަށް ނިކުމެވެ. މިއީ ކާމިޔާ ނޫވަކަ ބޮޑުވެގެ އެންމެ ފަހު މަސައްކަތް ހިނގާތޯ؟ އަހަރެންނަކަށް ނޭގޭ; އަމިއްލައަށް ޙަމަޖެހި ޖަވާބުދާރީވާން ޖެހުނެވެ. އަހަރެން ބޮޑަހަރެއް ފެނިސްނަން ފެލަން މަޖުބޫރުވެގެން ކަމެއް ކުރާނެ ކަމަށް އެބައި ފަހަރަކު އިސްތިހާރު ދިނީވެ! ފަހަރެއްގައި އޭނާ އެންމެފަހުން ވެރިޔާ އޭނާގެ ފިޔަވަ އަހަރެންގެ ފެށުމަ ފެށުމަށް ދަރުމަވެރިވުމުގެ ކަމަށް ވެރިކަމެވެ. މިއީ ވެސް ޝުކުރުގެ ވައްތަރެއްކަމެވެ. އެދުވަސް އޭނާއަށް ސުވާލު ކުރުމުން: "ދެން ކޮބާ އަތަރުކުރުތޯ؟" އޭނާ ޖަވާބު ދިނީ: "އޭނާއަކީ ސައިންސްއާ ދުރުކުރު މީހެކެވެ." މިތަނުގައި އަދުގަނޑު އިޖުރާތު ކުރަނީ އަދުގަނޑުގެ ފުރާނައާއި މުދަލަކުން ލިބޭ އެއްވެސް ގެއްލުމަކީ އޭނާގެ (ނުވަތަ ހަމަ ފުރުޞަތުދޭންސާއި އާޒާދީ) ގެ ފުރާތަށް ލިބޭ ގެއްލުމެއް ކަމަށެވެ.

އަމިއްލަ އެދުން ބާޒާރުމާއި ބެއްލުމުގެ ނޫން ރޭވުމުގެ ރާއްޖޭގެ ބައެއް މީހުން ދެއްކުމާ ހިސާބަށް އެ އަހަރެންގެ ފޮނި ޤަބޫލުގައި ހުރިހާ މުއްސަދިންގެ ނަންބަރެއް ލިޔެފައި ހުރިއެވެ

ރަޖިސްޓްރީކޮށްފައި ހުރިއިރު އިންޑިޔާސް މެއިލްބޮކްސް ފުރިފައިވާ ދެ ފޯލްޑަރ (ގޮތުގަނޑެކަން ހޯދު) އަޅުގަނޑުގެ އޮފީހުން ގެއްލިފައިވެއެވެ. މި ނިކަމެތި އަދި ސާދާއިދު އަމަލެއް ކާކުގެ މަސައްކަތްތަކަށް ވެދާނެ ކަމެއް އަޅުގަނޑަކަށް ނުބުނެވޭނެ، އެކަމަކު އަޅުގަނޑަށް މިވަރަށް އެނގޭ، މިއީ ކޮ ޕްލޭނެޓްގެ ފަރާތުގައި ތިބި މީހުންނާ ގުޅޭ ބަދަލުތަކެއް، އެމީހުންނަށް އަނިޔާ ކުރަން ބޭނުންވާ މީހުންގެ މަސައްކަތްތަކެއް. އެތަކެތި ވަގަށް ނެގި މީހާއަށް އާންމުކޮށް ބޭނުން ނުކުރެވޭނެކަން ސާފުވެއެވެ. ކޮންމެ މީހަކު މިކަން ކުރިއަސް، އެކަން ކުރީ ޖާހިލުކަމުންނެވެ. އަޅުގަނޑު މާފުކުރަން އެދެން، އެއްވާ ހިތްވަރު ކުޑަކަމުން އިންސާނިއްޔަތުތަކަން އިހުސާސް ކުރެވޭނެހެއް، އެމީހުންގެ ހިޔަލުން އެކްސާގެ މާނަ ދިޔުމުން، މި ސިފަތައް އަނބުރާ އަޅުގަނޑަށް ޖެހުނީ ކުރުމަށެވެ؛ އެހެނީ މި ސިފަތަކީ އަޅުގަނޑު ކުރިއަން އާޚިރަށްގައި ރޯ ޖީވަނބަސްގެ ތާރީޚުން ވެސް އިންޖީނާއަން މުހިންމު އަދި އަޑުހުރި ސިފަތަކަށް ވާނީއެވެ.

މިހާރު އަހަރެން ކުރަހަން ނުދާނީ، ފަރުވާ ދިން މީހުން އަހަރެންގެ ޖީވާގެ ދުވަސް ފަށްފިޔާއަށް އަންނަނީ ޝުކުރު އަދާކުރުމަށާއި މައްޗަށްވާ ހެދުމަށާއި ފޮނި ގޮތުގަނޑު. އަޅުގަނޑުމެން އުފެއްދި ރޯ ކާނާގެ ފޮނިގޮތުގައި ހިތްފުރިފައިވާ ފަރުވާސާދާއަކާއި ތަމްރީނުއެކު. މިފޮނި ބަދަލުތަކަށް މިހާރު މި ޖާގައެއްގެ މީނބަރާކަން ނުވެވިފައެވެ. ރޯ ޖީވަނބަސް އެކްސްޕޯޓްސްގެ މޮޅުބަރުންނަށް ވާން ބޭނުންވާ ގެސްޓްބަރުން، އާފިސް ބަނދުކޮށް ބަލިމީހުންނަށް ބޭސް ސިޓީ ނުވަތަ ވިދާ ޚިދުމަތު ނެގުމަށް، އެކަމަކު އެއް ޓީމެއް ގޮވައިލިޔުން ގެސްޓްބަރުން ކަމަށާއި ޑޮސް އިލްމު މުޅިން ދުރުކޮށް ނުވެވޭނެ ކަމަށާއި، އެކަން ޓީމްފަރާމާ ހުރިން ކަމެއް ނުވޭ ކަމަށާއި ހުރެއިރު ބުނަނީ އެއްކޮށް ނުވެވޭ. އެމީހުން އަޅުގަނޑުމެންގެ ކުރަބަލި ގަސްތަކާގެ ހަކަތަގެ ވިޔަފާރިތަކާއި ޖޯޒީންނަކާއި ޖުރުބާތަކާ ބެހޭ ގޮތުން ދެވޭ ރުކާދ ދަތުރުފަތުރެވެ. މި ބަސްތަކަކީ ހަމައެކަނި ދިޔަ ފާހަގަކާއި، މީޑިއާ، ޖެންބަސްތަކާއި، ފޮޓޯގްރަފީތަކެވެ. ފުރަތަމަ ދުވަސް ހަފްތާއަކު ތިން ފަހަރު، ފަހުން ހަފްތާއަކު އެއް ދުވަސް އަދި އެންމެ ގެއްލުމ ދުވާލަކު ދިނީ. އިސްރާތަކު މިބަސްތައް އަޑުއަހަން ބޭނުން ވަރުބަލިވެ ބަސް ހުސްވި، ދޭން ކުރާނީ ކޮބައިތޯ؟ ކާރާ ފަރުވާއަކަށް މީހުން މެރުވާނެތޯ؟

ޓީމުގެއަކަސް ދުވަހު ދުވަސް ފަހެއް ކަމަށް ތަމްރީނު ވަރުވެން ފުރިކަން ގެސްޓްބަރު ގޮތުގޮތް، މެޑިކަލް ސައިންސް ދުނިޔޭ، ގުދުރަތީ އެހެބިރު ޗާޓް ގުދުރަތުގެ ގާނޫނުތަކުގެ ތަބާވެގެން ކުރަނީ ~~އަޅުގަނޑުމެން~~ އާނާ ބަދަލުގައި ހުޅުވާލިކަމުގައި އޮތުމުން، އަހަންނަށް ކުރެވުނު ދަތިތަކުން އަވަސްވެރިވެ؛ ހަމަ ރޯ ޖީވަނަކީ އަޒުމާޒުގައި އެއްފަހަރު ރުޅިވެރިކަމުގެ ނަތީ، އަހަރެމެން ތިބި މާޒީކަށް މީހުންނެވެ.

ހަޖީމު ކުދިންގެ ގެއިން ރޯ-ޕިލަން ކުދިންގެ ގްރޫޕަކާއެކު މިސް އެސްޓަބުރީ އެވެ



އާސްޓްރޭލިއާގެ ނޯންސީ އަނާ ޖެޕްލަރ ހަޖީމު ކުދިންގެ ގެއެއްގައި ރޯ-ޕިލަން ކުދިންގެ ގްރޫޕަކެވެ



އަރްޝަވީރު ބެރ ހޮވަންނިސިއަން އެވ



ބަޖީޖީ އިންސާނުންގެ މިސާލެއް، ބަލިމަޑުކަމާއި ފަޚުރުވެރިކަމާއި ބަސްއެހުމާއި ހުނަރުވެރިކަމާއި ހަނދުވަރާއި ދޮޅުޖާގުނަމު ނަމަ އާ ދުނިޔޭއަށްގެ އިސްލާމުގެ، 20ވަނަ ގަރުނުގެ
ފުރިހަމަ ތަ ލީޑަރުއެއް ކަމަށްވާ އަނގާރަ ، -20
ދުވަހަކުވެސް ކައިރާ އެއްބައެއްގެ އަންގަ ކުޑަ އެއްޗެއް ވެސް ބޭނުން ނުކުރާ އަދި ދުވަހަކުވެސް ބާރުއް ނުވަތަ ވެރިސިޔާސީ ނުބާ އަޚުރީގެ އަހަރުގެ އަންހެން ދަރިއެކެވެ .



އުމުރުން 15އަހަރުގެ އަނާރިތް (ކުޑަ ޒަމާނުއްވާ ފޮޓޯ)

އުމުރުން 10 އަހަރުގެ އަނާހިތާ (ކުޑަ ޖަހާފައިވާ ފޮޓޯ)

ލޯބީގެ...
ތެހެރާން ގެ-
އިޤްނާގެ ޝޫސަވިޤީ



ލިޔުންތެރިޔާގެ
ޝޮއި

ތެހެރާން 1976 –

އަރުޝީފުން ބޭރު ހޯމަންސަސިއަން، ތެހެރާން ސިޓީ، ކަރީމް ޚާން ބުލެވާޑް، ސަނާއީ
ސުއިންޓް، ސަނާއީ އެސްކިއު، ނަންބަރު 2.

ފޯނު: 828878އަނގަލ

Dear mothers, note well:

If you want your child to be born healthy and live a healthy life, you should feed her/him with natural nutrition from the uterus time.

If the mother's milk is made from dead food, then it's poisonous for baby.

Your baby hates cooked food as much as she/he hates cigarettes, alcohol and drugs.

Accustoming a baby to dead food is one of the most terrible sins.

Raise your children like Anahit, healthy and happy.

ރޯ ވީގަނިޒަމް، އިވޮލިއުޝަންގެ ބެރައިން އިންގިލާބެއް